வாழ்க்கை தொடர்பான ஒரு சரியான தீர்மானம்

தொழில் வழிகாட்டுதல் நிகழ்ச்சித்திட்டம்

க.பொ.த (உயர்) தர மாணவர்களுக்காக

மனித வலு மற்றும் வேலைவாய்ப்புத் திணைக்களம்

9ம் மாடி, செத்சிறிபாய - 2வது கட்டம், பத்தரமுல்லை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

DME/PUB/02

ஆலோசனைக் குழு:

எச். ஜி. ஜே. தர்மசேன - பணிப்பாளர் நாயகம், மனித வலு மற்றும் வேலைவாய்ப்பு திணைக்களம்

நிபுணத்துவ வளப்பகிர்வாளர்

பேராசிரியர் தயாரோஹன அத்துகோரளை - விரிவுரையாளர் (இளைப்பாரிய) தேசிய கல்வி நிறுவனம்

காமினி ஹேமசந்திர - பணிப்பாளர் ((இளைப்பாரிய) தேசிய கல்வி நிறுவனம் சிரேஷ்ட உளவியல் ஆலோசகர்

வழிநடாத்தல்

மாதவி என் குணவர்தன - பணிப்பாளர் (கடமைகளை நிறைவேற்றுதல்) வேலைவாயப்பு உருவாக்கல், ஊக்குவிப்பு மற்றும் தொழில் வழிகாட்டல் பிரிவு

பி. டீ. ஏ. ஜயமாலீ - உதவிப் பணிப்பாளர் (தொழில் வழிகாட்டல்)

டீ. எம். ஆர். ரீ திசாநாயக்க - உதவிப் பணிப்பாளர் (திட்டமிடல்)

ஒருங்கிணைப்பு

ரோஹித்த கல்ஹேன - மனித வள அபிவிருத்தி உதவியாளர்

கைந்நூல் தயாரிப்பு குழு

- பி.ஜீ.ரீ. அநுருத்திகா - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- ஆர்.எம்.பீ.ஜீ. ரணசிங்க பண்டார - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- டப்ளியூ.பி.எம்.ஏ. விஜேகோன் - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- பிரியந்த விஜேகுணசேகர - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- ரஞ்சித் முங்குணுவல - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- ரூபிகா கன்னங்கர - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- நிலந்தி பெரேரா - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- ஆர்.பீ.டீ. ஹேமலதா - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- பாலித்த பத்மசிறி - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- டப்ளியூ.ஆர்.எம்.என்.எஸ். விஜேகோன் - (தொழில் வழிகாட்டல் அலுவலர்)
- இந்துநில் பெரேரா - (மனித வள அபிவிருத்தி அலுவலர்)
- ரீ.ஆர்.டீ. மென்டிஸ் - (மனித வள அபிவிருத்தி அலுவலர்)
- என.சீ.டீ.த. சில்வா - (மனித வள அபிவிருத்தி அலுவலர்)

-

பதிப்பு

மாதவி என. குணவர்தன - தொழில் வழிகாட்டல் மற்றும் வேலை வாய்ப்பு உருவாக்கல் ஊக்குவிப்பு பிரிவு

அட்டை உருவாக்கம் - சங்கீத் வர்ணகுலசூரிய (அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்)

அச்சீடு

சாந்தி அச்சகம்
இல. 5, லியோ டீ குரூஸ் வீதி,
நீர்கொழும்பு
☎ 031-4906735

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வணக்கம் !

இன்று எமக்கு முக்கியமான நாளாகும். எமது உண்மையான திறமைகளை அடையாளம் காணப்பட்டு செல்ல வேண்டிய சரியான வழியை சுட்டிக்காட்டும், விசேட ஆளுமை அபிவிருத்தி செயலமர்வில் நாம் இன்று பங்குகொள்கின்றோம்.

நான் யார்? எனக்குள் இருக்கும் உண்மையான திறமைகள் எவை? எதிர் காலத்தில் நான் யாராக வேண்டும்? என்பது தொடர்பாக இதுவரை உங்களிடம் சரியான தெளிவோ நோக்கமோ இல்லாதிருக்கலாம். ஆகையால் இன்றைய நிகழ்ச்சி உங்களது வாழ்க்கைக்கு புதிய மலர்ச்சியை ஏற்படுத்தும், பெறுமதியான செய்தியினை வழங்கும் நாளாக கருதுங்கள். இன்று பாடசாலைக்கு வருகை தந்து இந்த செயலமர்வில் பங்கு கொள்வதற்கு வாய்ப்பு கிடைத்தமை, நீங்கள் பெற்ற அதிர்ஷ்டமாக கருதுங்கள். உங்களுக்கு சரியான வழிகாட்டலை வழங்குவதற்கு எனக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தமை நான் பெற்ற அதிர்ஷ்டமாக நானும் கருதுகின்றேன்.

நாளுக்கான நிகழ்ச்சி

இன்றைய நாளின் நிகழ்ச்சியானது, பிரதான ஐந்து தலைப்புகளின் கீழ் நடாத்துவதற்கு திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

1. உங்களை பற்றி, உங்களது ஆளுமை பற்றி சுய மதிப்பீடு மற்றும் சுய ஆய்வு மூலம் உங்களது திறமைகள், ஆற்றல்கள் என்பன அடையாளம் காணல்.
2. ஆக்கபூர்வ மனப்பாங்குடைய (POSITIVE) ஆளுமைக்காக மனித திறன்கள் மற்றும் மென் திறன்கள் (SOFT SKILLS) கட்டியெழுப்பும் முறையை கற்றல்.
3. உயர் தர பரீட்சையின் பின்னர் செல்ல வேண்டிய வழி தொடர்பாக அறிதல்.
4. பரீட்சையில் உயர் சித்திகளை பெற்றுக்கொள்வதற்காக எவ்வாறு தயாராக வேண்டுமென்பது தொடர்பான கற்றல்.
5. தொழில் சந்தையில் பிரவேசிப்பதற்கு தயாராகும் விதிமுறைகளை அடையாளம்காணல்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நீங்கள் உங்களை பற்றி அறிந்துகொள்வதற்கு உபகாரமாக அமையும் ஆய்வு பத்திரமொன்று கீழே வழங்கப்பட்டுள்ளது. இப்பொழுது அமைதியாக தனித் தனியாக வழங்கப்பட்டுள்ள ஆலோசனைகளை வாசித்து அதன் படி செயற்படவும். ஏனையோரை சிரமம்படுத்துவதை தவிர்க்கவும்.

உங்களது அறிவு திறனை அடையாளம் காண்க (சுய மதிப்பீடு)

எதிர் காலத்தில் திருப்திகரமாக தொழிலாற்ற வேண்டிய மற்றும் கல்வி கற்க வேண்டிய துறையை தெரிவு செய்யவும். உங்களது திறன், ஆர்வம், விருப்பம் என்பன அடையாளம் காணப்பட்டால், நீங்கள் அதிசிறந்தவராக திகழ்வதற்கு செல்ல வேண்டிய வழியை தெரிவு செய்து கொள்ளலாம்.

முதலாவது ஆய்வு

கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பட்டியலை வாசித்து, அதிக நேரம் சிந்திக்காது, நீங்கள் தற்போது திறமைகளை வெளிப்படுத்தும் துறைகள் உள்ள கூடுகளில் ✓ குறியீட்டை அடையாளமிடவும். ✓ குறியீட்டின் மொத்த தொகையை உரிய இடத்தில் எழுதவும்.

a.		
1.	சுவாரசியமாக கடிதங்களை எழுதும் திறமை என்னிடம் உள்ளது.	☐
2.	வாத, விவாதங்களில் பங்குபற்றி திறமைகளை வெளிப்படுத்தியுள்ளேன்.	☐
3.	ஏதேனையும் தர்க்க ரீதியாகவும், சரியாகவும் ஏனையோருக்கு விளக்கமளிக்கும் ஆற்றல் உள்ளது.	☐
4.	நாவல் வாசிப்பதை பழக்கமாக கொண்டுள்ளேன்.	☐
5.	புதிர் போட்டிகளை நிரப்புவேன்.	☐
6.	ஏனையோருக்கு தெளிவாக ஆலோசனை வழங்க முடியும்.	☐
7.	கடிதக் கோவைகளை முறையாக தயாரிப்பதற்கும், அறிக்கையிடுவதற்கும் முடியும்.	☐
8.	ஆக்கப்படைப்புகளில் ஈடுபடுவதற்கு முடியும் (கவிதைகள், சிறுகதை, பாட்டுகள் எழுதுவதற்கு) முடியும்	☐
b		
9	நேர அட்டவணைக்கமைவாக முறையாக வேலை செய்தல் எனது பழக்கமாகும்.	☐
10.	வரவு செலவு திட்டம் தயாரித்தல் மற்றும் கணக்கு நடவடிக்கைகளை முறையாக மேற்கொள்வதற்கு முடியும்	☐
11.	சுற்றுலா - நடவடிக்கைகளை திட்டமிடும் திறமையுள்ளது	☐
12.	மதிப்பீடுகளை தயாரித்தல் மற்றும் மதிப்பீடுகளை மேற்கொள்ளுதல் என்பனவற்றுக்கு திறமையுள்ளது.	☐
13.	விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிகளை மேற்கொள்வதற்கு முடியும்.	☐
14.	கணித செயற்பாடுகளில் ஈடுபட முடியும்.	☐
15.	நேர முகாமைத்துவத்தை மேற்கொள்வதற்கு முடியும்.	☐

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

16.	சுய விபரக்கோவை மற்றும் சான்றிதழ்கள் முறையாக வைத்துக்கொண்டுள்ளேன்.	☐
c		
17.	ஆடை வடிவமைப்புகளை தயாரிப்பதற்கு, ஆடை வடிவமைப்புகளை தெரிவு செய்வதற்கு திறமையுள்ளது.	☐
18.	சித்திரங்கள்- உருவப்படங்கள் வரைவதற்கு திறமையுள்ளது.	☐
19.	அட்டவணைகளையும் திட்டமிடல்களையும் பயன்படுத்தி குறிப்புகளை எழுதுவதற்கு முடியும்.	☐
20.	படிவங்கள், உருவமைப்புகள் தயாரிக்க முடியும்.	☐
21.	நில அலங்காரம் மற்றும் முற்றம் என்பன முறையாக வைத்துக்கொள்வதற்கு முடியும்.	☐
22.	மேடை பின்னணிகளை தயாரிப்பதற்கு, பூ வேலைப்பாடுகளை செய்வதற்கு முடியும்	☐
23.	வரைப்படங்கள் தயாரிப்பதற்கு, வரைப்படங்கள் வாசிப்பதற்கு முடியும்	☐
24.	அலகுக்கலை மற்றும் வடிவமைப்புகளை மேற்கொள்வதற்கு முடியும்	☐
d		
25.	பாட்டு, கவிதைகள் பாடும் ஆற்றல் உள்ளது.	☐
26.	மெட்டிடுவதற்கும், தாளலயத்திற்கு கைதட்டவும் முடியும்.	☐
27.	இசைக்கேற்ப அசைவுகளை செய்வதற்கும், நடனம் ஆடுவதற்கும் முடியும்.	☐
28.	பொருத்தமான பின்னணி இசை தெரிவு செய்ய முடியும்.	☐
29.	செவிமடுக்கும் பாடல்களை மீண்டும் உச்சரிப்பு செய்வதற்கு முடியும்.	☐
30.	பல்வேறு குரல்களில் ஓசையை உயர்த்தி தாழ்த்தி ஓசையை கையாள்வதற்கு முடியும்.	☐
31.	தலைப்புக்கு ஏற்புடையதாக தெரிவு செய்யப்படும் மாதிரி பாடல்களை நினைவு கூறுவதற்கு முடியும்.	☐
32.	இசை மெட்டுகளை உருவாக்குவதற்கு முடியும்.	☐
e		
33.	நடனம் ஆடுவதற்கு முடியும்.	☐
34.	பிள்ளைகளுடன் சமமாக விளையாட முடியும்.	☐
35.	படிவங்களை தயாரிப்பதற்கு முடியும்	☐
36.	தமது வீட்டு வேலைகள்(செங்கற் கல் கட்டுதல், வர்ணம் தீட்டுதல்) தானாகவே செய்வதற்கு முடியும்	☐
37.	வாகனங்களை ஓட்டுவதற்கும் பேணுவதற்கும் முடியும்	☐
38.	மெய்வல்லுநர் விளையாட்டுகள் மற்றும் ஏனைய விளையாட்டுகளை விளையாடுவதற்கு முடியம்	☐
39.	தையல், எம்ப்ரோயிடர், கைப்பணி வேலைகள் செய்வதற்கு முடியும்.	☐
40.	சமையல், கேக் அலங்காரப்படுத்தல், பட்டம் தயாரித்தல் என்பவற்றுக்கு திறன் உள்ளது.	☐
f		
41.	போதனைகளை ஆக்கபூர்வ உளப்பாங்குடன் செவிமடுக்க முடியும்.	☐
42.	நண்பர் கூட்டத்துடன் பணியாற்ற முடியும்.	☐
43.	மனித வளங்களை முகாமைத்துவம் செய்வதற்கு முடியும்.	☐

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

44.	குழுக்களுக்கு தலைமைத்துவம் வழங்க முடியும்.	
45.	பிள்ளைகளுடன் விளையாடுவதற்கு அன்பு செலுத்துவதற்கு முடியும்.	
46.	பெற்றோர்கள், வயோதிபர்கள் ஆகியோருடன் நட்புடன் செயலாற்ற முடியும்.	
47.	இளைஞர் யுவதிகளுடன் குழுவாக செயலாற்ற முடியும்.	
48.	பிரச்சினை உள்ளவர்களின் பிரச்சினைகளை செவிமடுத்து உதவி செய்வதற்கு முடியும்.	
g		
49.	தனிப்பட்ட தினப்பதிவேடு பயன்படுத்தும் பழக்கம் உள்ளது.	
50.	எனது எண்ணங்கள், உணர்வுகள் தொடர்பாக புரிந்துகொள்ள முடியும்.	
51.	எனது திறமைகள், ஆற்றல்கள் தொடர்பாக புரிந்துகொள்ள முடியும்.	
52.	எனக்கு எதனை நன்றாக செய்ய முடியுமென்பதை அடையாளம் கண்டுள்ளேன்.	
53.	எனது உள்ளார்ந்த வழிகாட்டலின் படி செயலாற்றுகின்றேன்.	
54.	இறந்தகாலம், நிகழ்காலம், எதிர்காலம் என்பவற்றுடன் சீராக்கி சிந்திப்பதற்கு முடியும்.	
55.	கவிதைகளுக்கான எண்ணங்கள் தோன்றி கவிதைகளை படைப்பதற்கு முடியும்.	
56.	சிறிது நேரம் தியானத்திலிருப்பதற்கு முடியும்.	
h		
57.	விலங்குகளின் பல்வேறு மாற்றங்களை புரிந்துகொள்வதற்கு முடியும்.	
58.	தாவரங்களை வகைப்படுத்த முடியும்.	
59.	வானம், மேகம் என்பன ஆராய்ந்து எதிர்வுகூறல்களை கூறுவதற்கு முடியும்.	
60.	கோள்கள், நட்சத்திரங்கள் என்பன அடையாளம் காணப்பட்டு பெயரிட முடியும்.	
61.	கடல், வாய்க்கால்கள், சிறு அருவி, ஆறு செயற்பாடுகளை புரிந்து கொள்வதற்கு முடியும்.	
62.	சுற்றாடலை ஆராய்வதற்கும் அதன் மூலம் தீர்வுகளுக்கு வருவதற்கும் முடியும்.	
63.	மரம்,செடிகொடிகளின் வளர்ச்சி முறையை அறிந்து பயிர்ச் செய்வதற்கு முடியும்.	
64.	விலங்குகளின் நடத்தைகளை அறிந்து இயற்கை தொடர்பாக எதிர்வுகூறல்களை கூறுவதற்கு முடியும்.	

மேற்படி 08 துறைகளில் உங்களுக்கு திறமை உள்ளது என நினைத்து நீங்கள் ✓அடையாளமிட்ட குறியீடுகளின் எண்ணிக்கைகளின் மொத்த தொகையினை கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள கூடுகளில் எழுதவும். இப்பொழுது இந்த எண்ணிக்கையினை 08 ஆவது பக்கத்தில் உள்ள வட்டத்தின் உட்புற வட்டத்தில் எழுத்து ஒழுங்குமுறையில் எழுதவும்

A	B	C	D	E	F	G	H

மேற் கூறிய படி வட்டத்தினுள் அடையாளமிட்ட பின்னர், இரண்டாவது ஆய்வினை தொடங்கவும். இந்த ஆய்வில் நீங்கள் மிகவும் விரும்புகின்ற, ஆர்வமுள்ள, தற்போது விருப்பத்துடன் ஈடுபட்டுள்ள

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

துறைகள் உள்ளடக்கிய கூடுகளில் ✓ குறியீட்டை அடையாளமிடவும். நீங்கள் எதிர்காலத்தில் செய்வதற்கு எதிர்பார்ப்பவைகள் அல்ல, தற்போது விருப்பத்துடன் உள்ள, ஆர்வத்துடன் உள்ளவற்றை அடையாளமிடவும்.

a		
1.	நாடகங்கள், காவியங்கள், நாவல்கள் வாசிப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
2.	தொலைகாட்சி நாடகங்களை பார்வையிடுவதற்கு மிக விருப்பமுள்ளது.	☐
3.	நூல்கள் மற்றும் ஒலிநாடாக்களை செவிமடுத்து கற்பதற்கு முடியும்	☐
4.	போதனைகளை செவிமடுப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
5.	என்னுள் சிறந்த பேச்சாற்றல் உள்ளது.	☐
6.	எதனையும் சிலதை நன்கு விளக்கமளிப்பதற்கு முடியும்.	☐
7.	எதனையும் சிலதை எழுதி அறிக்கையிடுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
8.	கேலி பேச்சுகளை பேசுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
b		
9.	விடுகதைகள் மற்றும் குறுக்கெழுத்து போட்டிகளை தீர்ப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
10.	பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் பயிற்சிகளை செய்வதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
11.	எதனையும் தர்க்க ரீதியாக விளக்கமளிப்பதற்க திறன் உள்ளது.	☐
12.	வேலைகளை செய்கின்ற போது முறையாக. ஒழுங்காக செய்வது எனது பழக்கமாகும்.	☐
13.	என்னுள் சிறந்த பேச்சாற்றல் உள்ளது.	☐
14.	எதனையும் சிலதை நன்கு விளக்கமளிப்பதற்கு முடியும்.	☐
15.	எதனையும் சிலதை எழுதி அறிக்கையிடுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
16.	கேலி பேச்சுகளை பேசுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
c		
17.	திசை அல்லது செல்லும் வழி முறை தொடர்பான உணர்வும் புரிந்துக்கொள்ளுதலும் உள்ளது.	☐
18.	அவதானிப்பும் அதன் மூலம் மகிழ்ச்சியடைவதற்கும் விருப்பமுள்ளது.	☐
19.	மனதில் உருவங்களை உருவாக்குவதற்கும் கனவு காண்பதற்கும் விருப்பமுள்ளது.	☐
20.	மனதில் எதனையும் காண்பதற்கும்.கற்பனை செய்வதற்கும் விருப்பமுள்ளது.	☐
21.	மனதில் வடிவமைப்புகளை வரைவதற்கு முடியும்.	☐
22.	படிக்கும் போது, வீடியோ, கசட், திரைப்படங்கள் பார்வையிடுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
23.	வரைப்படங்கள், அட்டவணைகள் என்பன உருவப்படமாக்குவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
24.	வீடுகள், கார்கள், வண்டிகளில் உருவ வரைப்படங்களை வரைவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐
d		
25.	இசை மற்றும் பாட்டு கேட்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	☐

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

26.	பறவைகளின் சத்தம் செவிமடுப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
27.	பாட்டுகளுக்கான மெட்டுகள் உருவாக்குவதற்கும், அவற்றை செவிமடுப்பதற்கும் விருப்பமுள்ளது.	
28.	சந்தமுடைய தாளலயங்கள் தொடர்பான அறிவு உள்ளது.	
29.	தாளலயங்கள் இலகுவாக ஒரே முறையில் ஞாபகத்தில் உள்ளது.	
30.	இயற்கையின் குரலை கேட்பதன் மூலம் மகிழ்ச்சியடைகின்றேன்.	
31.	இசை மெட்டுக்கு அதிக விருப்பமுள்ளது.	
32.	வாழ்க்கை சந்தோஷமாக உள்ளது. அனுபவிக்கின்றேன்.	
e		
33.	செயற்பாடுகளில் இணைவதற்கு விருப்பம் உள்ளது.	
34.	உபகரணங்கள் மற்றும் பொருட்களுடன் செயலாற்றுவது மகிழ்ச்சியாக உள்ளது.	
35.	மெய்வல்லுநர் விளையாட்டு போட்டிகளில் விளையாடுவது மகிழ்ச்சியை தருகின்றது.	
36.	உடற் பயிற்சிகளில் ஈடுபடுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
37.	கேட்பதையும் பார்ப்பதையும் பார்க்க ஏதேனும் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதன் மூலம் நினைவாற்றல் உள்ளது.	
38.	எதேனையும் கற்கும் போது கையால் செயற்படுத்தி படிப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
39.	நடிப்பதற்கு, நடனமாடுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
40.	மிக மென்மையாக ஆக்கப்படைப்புகளை செய்வதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
f		
41.	மனிதர்களின் கஷ்டங்களில் உதவி செய்ய விருப்பமுள்ளது.	
42.	மற்றவர்களின் கஷ்டங்கள் எனது மனதை கவலைப்பட வைக்கின்றது.	
43.	மற்றவர்களை மகிழ்ச்சியுடன் வைப்பதற்கு முயற்சிக்கின்றேன்.	
44.	சமூக சேவை, பொது வேலைகள் என்பவற்றில் விருப்பமுள்ளது.	
45.	நண்பர்கள் என்னை சுற்றி இருந்தால் விருப்பமாக உள்ளது.	
46.	குழு வேலைகளின்போது எனக்கு தலைமைத்துவம் கிடைக்கின்றது.	
47.	படிக்கும் போது நண்பர்களுடன் இணைந்து செயலாற்றுவதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
48.	நான் உள்ள குழுவில் நண்பர்கள் இருப்பதற்கு விரும்புகின்றார்கள்.	
g		
49.	பகல் கனவு கண்டு கற்பனை உலகத்தில் இருப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
50.	தனியாக எதனையும் இரசிப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
51.	எதனையும் செய்கின்ற போது அமைதியாக செய்வதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
52.	அமைதியாக, தனியாக இருப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
53.	மற்றவர்களின் எண்ணங்கள், உணர்வுகள், நடத்தைகள் புரிந்துகொள்வதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
54.	நான் கூறுகின்றவை தொடர்பாக மகிழ்ச்சியுடன் உள்ளேன்.	
55.	தியானத்தில் இருப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	

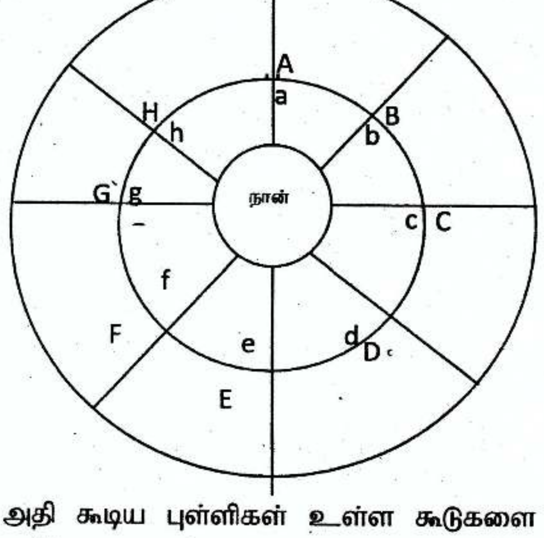
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

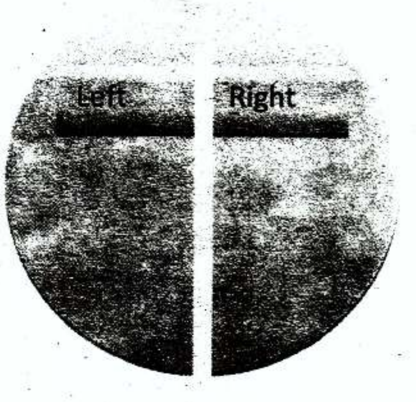
56.	தனியாக எவ்வளவு நேரமானாலும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க முடியும்.	
57.	செல்லப் பிராணிகளை வீட்டில் வளர்ப்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
58.	மலர் செய்கைக்கு விருப்பமுள்ளது.	
59.	மலர் அலங்காரம், செயற்கை மலர் தயாரிக்கும் கலையில் விருப்பமுள்ளது.	
60.	சந்திரன், நட்சத்திரங்கள், வானம் பார்ப்பதனை பழக்கமாக கொண்டுள்ளேன்.	
61.	லீவுகளின்போது, ஆரணியம் செல்வதற்கு, காடுகளில் சுற்றுலாக்களை மேற்கொள்வதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
62.	பறவைகளை பார்த்து கொண்டிருப்பதற்கு, அவற்றின் குரல்களை கேட்பதற்கு விருப்பமுள்ளது.	
63.	மரம் செடி கொடிகளுடன் வாழ்கின்றபோது மிக சந்தோஷமாக உள்ளது.	
64.	இயற்கையுடன் வாழ்கின்றபோது, ஆறுகள், சிறு அருவிகள், என்பனவற்றுடன் வாழ்கின்றபோது, மிக சந்தோஷமாக உள்ளது.	

மேற்படி 08 துறைகளில் அடையாளமிட்ட பின்னர், ✓ குறியீடுகளை எண்ணி கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள கூடுகளில் எழுதவும். அதன் பின்னர் அந்த எண்ணிக்கையினை 08 ஆவது பக்கத்தில் உள்ள வட்டத்தின் வெளிப்புற வட்டத்தில் எழுதவும். இப்பொழுது அதை முடிவுறுத்தவும்.

A	B	C	D	E	F	G	H

இப்பொழுது முதலாவது ஆய்வின் புள்ளிகளை உட்புற வட்டத்தில் எழுதவும். இரண்டாவது ஆய்வின் புள்ளிகளை வெளிப்புற வட்டத்தில் எழுதவும். உட்புற மற்றும் வெளிப்புற வட்டத்தில் அதிக புள்ளிகளுடன் கூடிய மூன்று நிரல்களை வர்ணம் தீட்டவும்.





அதி கூடிய புள்ளிகள் உள்ள கூடுகளை வர்ணம் தீட்டவும். கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள நிரல்களில் பதில் எழுதவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* எனக்கு செய்வதற்கு முடியுமான அறிவு துறைகள் (உள் வட்டம்)

  1.---------------- 2. ---------------- 3. ---------------
* நான் மிகவும் விரும்புகின்ற அறிவு துறைகள் (வெளி வட்டம்)

  1.---------------- 2. ---------------- 3. ---------------
* முடியுமான மற்றும் விருப்பமான ஆகிய இரண்டுக்கும் புள்ளிகள் கூடிய அறிவு துறைகள்

  1.---------------- 2. ---------------- 3. ---------------

மேற்படி உங்களது திறன்களை அளவிடுவதற்கு நீங்கள் இன்று முயன்றுள்ளீர்கள். உங்களது திறன்கள் மற்றும் ஆற்றல்கள் நாளைய திகதியில் உங்களது அனுபவங்கள் கற்கைகள் என்பவற்றுக்கு அமைய வேறுபடும். "உங்களது எதிர்கால வெற்றிக்கு சாதகமாக அமையும் வண்ணம், உங்களது அறிவு துறைகளை மேம்படுத்திக் கொள்வதற்கு உங்களுக்கு ஆற்றல் உள்ளது."

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அறிவாற்றல் மற்றும் விருப்பம் என்பன தொடர்பாக மேற்படி சுய மதிப்பீட்டின் மூலம் நீங்கள் எதனை புரிந்து கொள்கின்றீர்கள்.

தற்போது நீங்கள் உங்களை பற்றி சுய மதிப்பீடை செய்துள்ளீர்கள். நீங்கள் மிகவும் திறன் கூடிய மற்றும் விரும்புகின்ற துறைகளை நீங்களே அடையாளம் கண்டுள்ளீர்கள். உங்களது உயர் தர பாடங்கள் வட்டத்தில் உள்ள அதி கூடிய புள்ளிகளை பெற்றுக்கொண்ட துறைகளுடன் பொருத்தமாக இருப்பின், நீங்கள் தற்போது சரியான பாதையை நோக்கி செல்கின்றீர்கள். உட்புற வட்டத்தில் அதிக புள்ளிகளும் வெளிப்புற வட்டத்தில் குறைந்த புள்ளிகளும் பெற்றிருப்பின் நீங்கள் மேலும் முயற்சியெடுத்து ஆர்வத்துடன் அதற்காக இன்று தொடக்கம் அர்ப்பணிப்பாக செயலாற்றுதல் வேண்டும்.

உங்களது ஆளுமையை மேம்படுத்திக் கொள்வதற்கான வழி

ஒரு நபரின் ஆளுமையில் உள்ள விசேட அம்சங்கள்

1. ஒவ்வொரு நபரும் இவ்வுலகில் மிகச்சிறந்த இயல்திறனுடன் கூடியவர்களாக பிறந்துள்ளனர். **(POTENTIALITY)**

   உங்களுக்கும் எனக்கும் அது உண்மையாகும். கருவுறும் சந்தர்ப்பத்திலயே இந்த மிகச்சிறந்த இயல்திறன் உங்களுள் வளர்ச்சியடைந்துவிடும். இந்த மிகச்சிறந்த இயல்திறனை வெளிப்படுத்திக்கொண்டு மலர்ச்சியுறச் செய்தல் எமது பாரிய முயற்சியாதல் வேண்டும். மற்றுமொரு வகையில் கூறினால் உங்களுள் புதையல் உள்ளது. நீங்கள் மிகப் பெறுமதியுடன் கூடிய நபராவீர்கள். அந்த புதையலை வெளியில் எடுப்பதற்கு நீங்கள் சாமர்த்தியமாக செயற்படுதல் வேண்டும். கற்றல் என்பது உள்ளே உள்ள புதையலை வெளிப்படுத்தி மலர்ச்சியுறச் செய்தலாகும்.

2. ஒவ்வொரு நபரும் தனிச் சிறப்புடையவராவார். **(UNIQUE).**

   ஒவ்வொரு நபரும் சமமான தோற்றம், மனித உருவம் கொண்டவர்களாக இருந்தபோதிலும் ஒவ்வொருவரும் தனித்துவமானவர்கள். எல்லா வகையிலும் ஒரே மாதிரியாக இருவர் இல்லை. உங்களது அடையாள அட்டையில் இருப்பவர் அந்த விசேடமான நபராவார். நீங்கள் நீங்களாகவே இருப்பது பற்றி பெருமை கொள்ளுங்கள்.

3. நபரொருவரின் ஆளுமையை கட்டியெழுப்புவதற்கு ஏதுவாக அமையும் பல பிரதான காரணிகள் உள்ளன. அதாவது,

I. பரம்பரை – உயிரியல் விஞ்ஞானம் (உடல்) மற்றும் வாழ்க்கை சக்கரம் (மனம்) பரம்பரை

II. சுற்றாடல் - (வலிமையற்ற அல்லது வலிமையுள்ள)

III. வளர்ப்பு முறை மற்றும் கிடைக்கப்பெற்ற அனுபவம்

IV. பெற்றுக்கொண்ட கல்வி

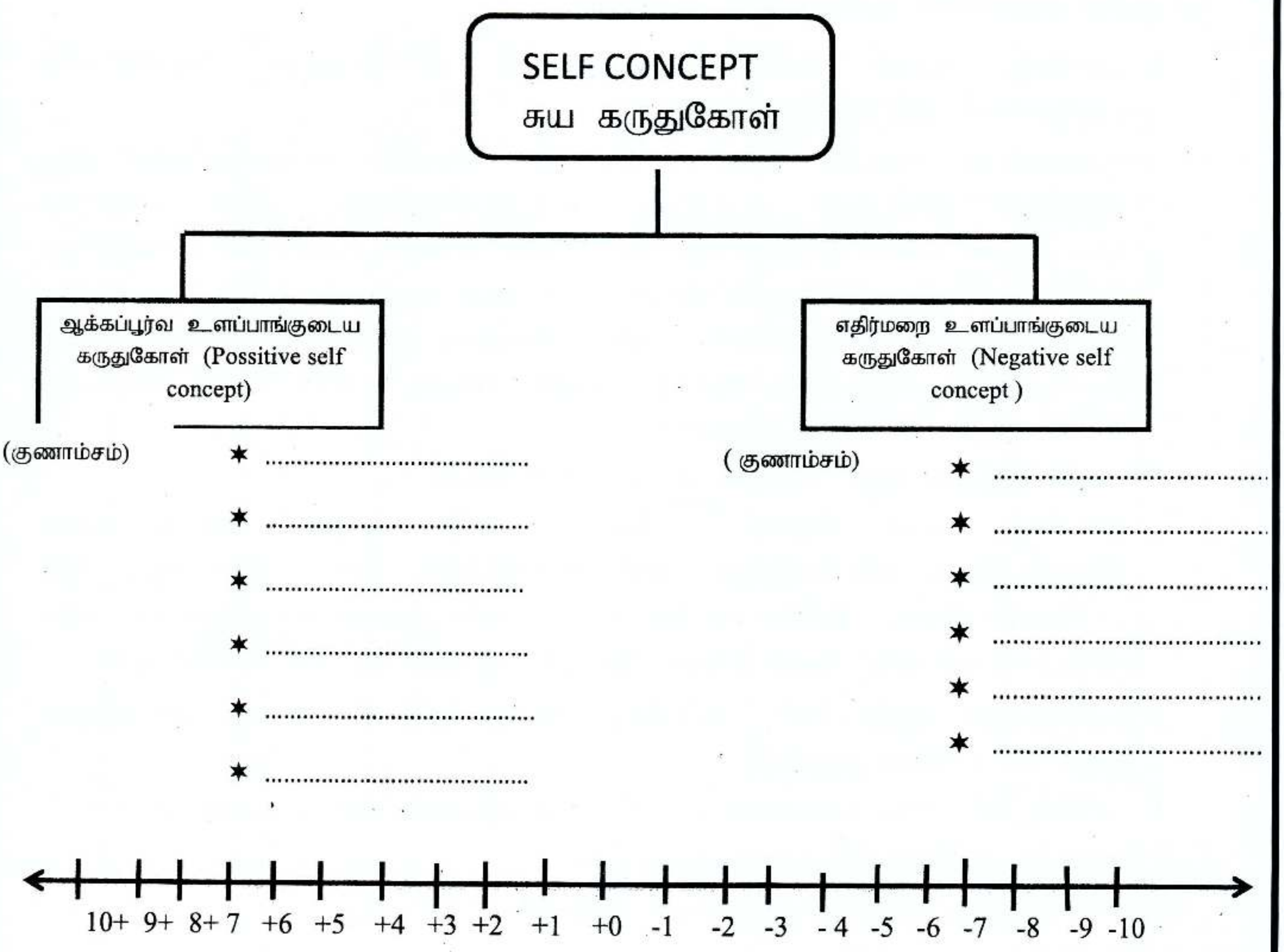
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* நீங்கள் என்பது உருவாக்கப்பட்ட ஆளுமையாகும். அந்த ஆளுமையை மீண்டும் மீண்டும் உருவாக்கிகொள்ளலாம்.

4. முக்கியமான செய்தி யாதெனில், ஆளுமையானது இயக்காற்றல் கொண்டதாகும். பேராசிரியர் கொர்டன் ஓல்போட் கூறுகின்ற வாறு "ஆளுமை என்பது இயக்காற்றலுடைய அமைப்பாகும்." மேலும் ஆராயவும். சுற்றாடலை நேசிக்கும் நபர்கள் ஆக்கப்பூர்வ (positive) மற்றும் எதிர்மறை திசைகளை நோக்கிச் செல்லாம்.

<u>ஆக்கபூர்வ உளப்பாங்கு (positive) திசையை நோக்கி மாற்றமடைவோம்.</u>

நபரொருவரது ஆளுமையை ஆக்கப்பூர்வ (positive) திசையை நோக்கி மாற்றமடையச் செய்யலாம். நாம் இன்று அதற்கான கற்கை முறைகளை கற்போம். உங்களது சுய கருதுகோள்களில் (SELF CONCEPT) அதன் இயல்பை அடையாளம் காணவும். சுய கருதுகோள் தொடர்பாக பேராசிரியர் கால் ரொப்ர்ஸ்கெவின் வரைவிலக்கணம் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளவாறாகும்.



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நீங்கள் எந்த இடத்தில் உள்ளீர்கள். உங்களது உண்மையான மதிப்பீட்டை எழுதவும். (+) (-) ஆக்கப்பூர்வ ஆளுமை திசையை நோக்கியதா? எதிர்மறை ஆளுமை திசையை நோக்கியதா? உங்களது நல்ல நண்பரைக்கொண்டு உங்களது ஆளுமையை அவர் காண்கின்ற வாறு புள்ளியிட்டுக்கொள்ளவும். (மேற் காட்டப்பட்டுள்ள ஆக்கப்பூர்வ மற்றும் எதிர்மறை)

<u>நீங்கள் ஆக்கபூர்வ உளப்பாங்குடன் மிகவும் ஆக்கபூர்வ உளப்பாங்குடன் செயற்படுவதற்கும் பயிற்சி பெறலாம். அதற்காக மேற்கொள்ள வேண்டிய சில அலுவல்கள் உள்ளன.</u>

1. சுய பேச்சு **(SELF TALK) தயாரித்தல்**

* ஒரு நாளுக்கு 60,000 ம் எண்ணங்கள் எமது மனதுக்குள் தோன்றுகின்றது. அதில் பெரும்பாலனவை + தா – தா ? என சிந்திக்கவும். இன்றைய நாளில் நீங்கள் நினைத்தவை, செய்தவை, பேசியவை ஆக்கப்பூர்வமானதா? எதிர்மறையானதா?

<u>ஆக்கப்பூர்வ உளப்பாங்குடன் சுய பேச்சில் ஈடுபடவும், கற்கவும்.</u>

உ–தா

<u>NEGATIVESELF TALK</u>	**<u>POSITIVE SELF TALK</u>**
<u>எதிர்மறை உளப்பாங்குடைய சுய பேச்சு</u>	**<u>ஆக்கபூர்வ உளபாங்குடைய சுய பேச்சு</u>**
1. எனக்கு என்னை கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை	1. ....
2. நான் பருமனாக உள்ளேன் அழகில்லை	2. ....
3. எனக்கு படிக்க பிடிக்கவில்லை	3. ....
4. பரீட்சையில் சித்திபெறாமை கவலையான விடயமாகும்.	4. ....
5.	5. ....
6.	6. ....

<u>எதிர்மறை உளப்பாங்குடைய பேச்சுகளை நிறுத்தி ஆக்கப்பூர்வ உளப்பாங்குடன் பேசுவதற்கு பயிற்சிபெறவும்</u>

* ஆக்கப்பூர்வ உளப்பாங்குடன் பேசுகின்ற, வெற்றிப்பாதைக்கு உங்களை இட்டுச்செல்லும் நண்பர்களுடன் பழகவும்.
* எதிர்மறை உளப்பாங்குடன் பேசுகின்ற, மற்றவர்களின் குற்றங் குறை கூறுகின்ற நண்பர்களிடமிருந்து விலகி இருக்கவும்.
  (அசேவனாவ பாலானங் - பண்டிதாநங்ச சேசனா)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உலகத்தை ஆக்கப்பூர்வ உளப்பாங்குடன் வரைவிலக்கணம் செய்யவும்.

ஒரு நபருக்கு இரண்டு உலகங்கள் உள்ளன. அதாவது,

- ✶ உள்ளார்ந்த உல்கம் (INNER WORLD) மற்றும்
- ✶ வெளி உலகம்(OUTER WORLD) என்ற வகையிலாகும்.

உள்ளார்ந்த உலகத்தைக்கொண்டு வெளி உலகத்திற்கு வரைவிலக்கணம் செய்யப்படுகிறது. அந்தந்த நபர் வாழ்க்கையை நோக்கும் முறையும் அனுபவங்களை நோக்கும் முறையும் மாறுபடுவது வெளி உலகத்தை கொண்டல்ல. அந்தந்த நிகழ்வுகளை வரைவிலக்கணம் செய்யும் நபர் செய்கின்ற வரைவிலக்கணத்தை கொண்டே ஆகும்.

"ஒரே நெருப்பு, முட்டையை திண்மமாகவும், வெண்ணையை கரைய வைக்கின்றது."

மனதிற்குள் சுபமான, ஆக்கப்பூர்வமான சிந்தனைகளை உள்வாங்குதல் வேண்டும். வாழ்க்கையில் கிடைக்கப்பெறும் அனுபவங்களுக்கு வழங்குகின்ற வரைவிலக்கணங்களின் படி, ஒரு நபரின் அகத்தினை அறிந்துக்கொள்ளலாம்.

ஆளுமையை வலிமையாக்கிகொள்ளலாம்.! வெற்றிகரமான பாதைக்கு மீண்டும் வரலாம்.!

- ✶ சுய முயற்சி/ புலனுணர்வுகளை மாற்றுவதன் மூலம்
- ✶ ஆசிரியரைக்கொண்டு/ நூல்களைக் கொண்டு (சுய சரிதைகள்)
- ✶ ஆளுமையை வலிமையாக்கும் செயலமர்வுகள் ஆலோசனைகள் மூலம்
- ✶ உலகம் தொடர்பாக சரியாக புரிந்துக்கொள்வதன் மூலம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

எதிர்கால வாழ்க்கையை திட்டமிடல்

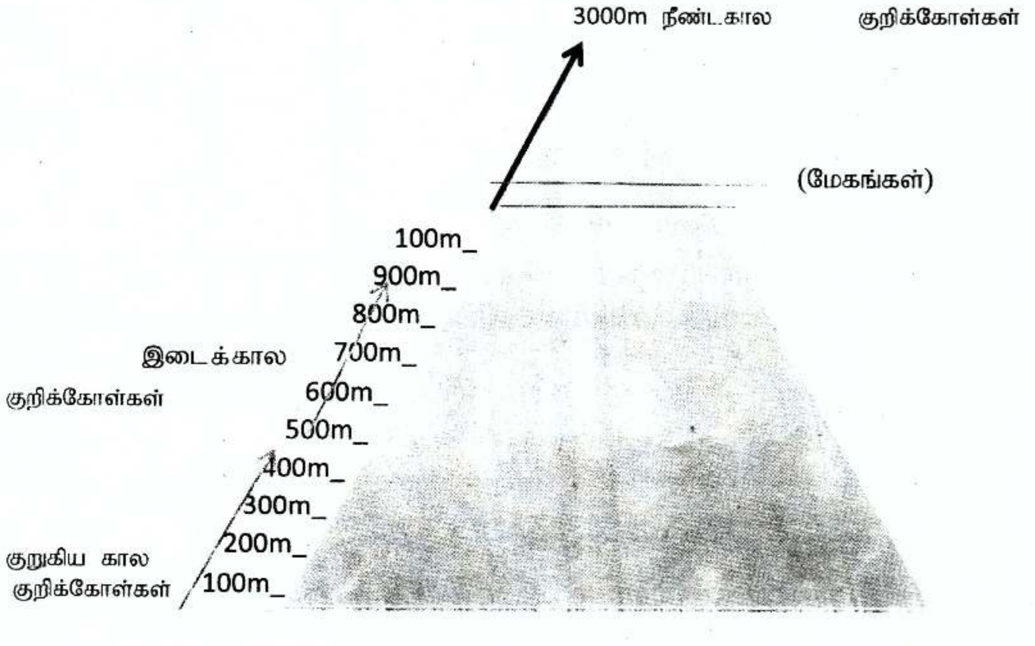
நாம் எமது எதிர்கால வாழ்க்கையை திட்டமிடல் வேண்டும்.

அதற்காக,

- ✶ வாழ்க்கையில் குறிக்கோள்களை தயாரித்துக்கொள்வதற்கு பயிற்சிபெறுதல் வேண்டும்.
- ✶ வாழ்க்கையின் குறிக்கோள்களே வாழ்க்கையை சரியான திசையில் இட்டுச்செல்கின்றது.

நோக்கங்களை கட்டியெழுப்புதல் வேண்டும்.

- ✶ நீண்டகால (15 – 20 ஆண்டுகள்) குறிக்கோள்கள்
- ✶ இடைக்கால(15 – 20 ஆண்டுகள்) குறிக்கோள்கள்
- ✶ குறுகியகால (இவ்வாண்டில்) குறிக்கோள்கள் என்ற வகையில் வகைப்படுத்தலாம்.



எவரஸ்ட் மலை சிகரத்தை ஏறுபவர்களின் உதாரணமொன்றை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளவும்.

1. குறுகியகாலம் - நாளொன்றுக்கு ஒரு மணித்தியாலத்திற்கு 20 மீற்றர் என்ற வகையில் 05 மணித்தியாலங்கள் = 100 மீற்றர்
2. இடைக்காலம் - நாளொன்றுக்கு 100 மீற்றர் என்ற வகையில் 15 நாட்களுக்குள் = 1500 மீற்றர்
3. நீண்டகாலம் - நாளொன்றுக்கு 100 மீற்றர் என்ற வகையில் 30 நாட்களுக்குள் = 3000 மீற்றர்

1. இந்த பாடசாலையிலிருந்து விலகிச்செல்லும்போது யாராக விலகிச் செல்ல வேண்டும்?
2. ஏனையோர்கள் உங்களைப் பற்றி எவ்வாறு கூற வேண்டும்?

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

3. நீங்கள் இறக்கும் போது யாராக இறக்க வேண்டும்?

இப்பொழுது நன்றாக சிந்தித்து எழுதவும்

1. இன்னும் 10 ஆண்டுகளில் நான் வாழ்வது/ யாரொருவராக?

(தொழில்)..............................(மாதச் சம்பளம்)

2. நான் எந்த மட்டத்திலான நபர்களுடன் தொடர்புகளை பேணுதல் வேண்டும்?...............................

எனது மேலான நண்பரிடம்/நண்பியிடம் இருக்க வேண்டிய குணாம்சங்களாக நான் எதிர்பார்ப்பது,

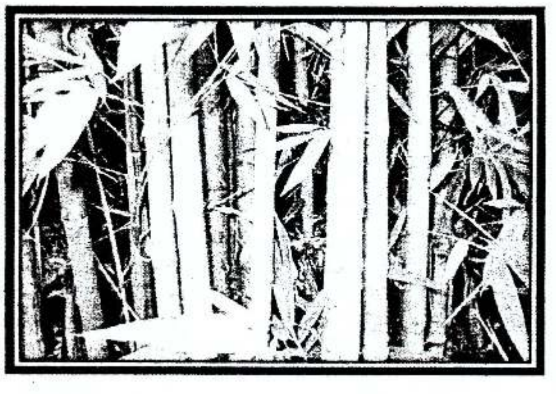
i. ....

ii. ....

iii. ....

குறிக்கோள்கள் என்பது நிறைவேற்றிக்கொள்வதற்கு எதிர் பார்க்கும் கனவுகளாகும். இலக்குகளை உள்மனதில் விதைக்கவும். விதையை நட்டதன் பின்னர் மரம் வளர்வதுபோல் ஆரம்பம் மிக மெதுவாக இடம்பெற்றாலும், வளர்ச்சி மிக வேகமாக நடைபெறும். கனவுகளும் நனவாகும்.

உதாரணம்: சீனா பச்சை மூங்கில் வளர்கின்றவாறு (GREENBAMBOO)



நீங்கள் இன்று இருக்கும் நிலை (உண்மையான நிலை)	→ இந்த இலக்குகளை வெற்றிகொள்வதற்கு மேற்கொள்ள வேண்டிய உபாய முறைகள் எவை?	10 ஆண்டுகளின் பின்னர் (எதிர் பார்க்கும்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இதற்காக நீங்கள் SWOT (பலம், பலவீனங்கள், வாய்ப்புகள், அச்சுறுத்தல்) பகுப்பாய்வு செய்தல் வேண்டும்.

உங்களது பத்தாண்டு கால (இடைநிலை) குறிக்கோள்களை எய்திக்கொள்வதற்கு அல்லது 01 ஆண்டு கால (குறுகிய கால) குறிக்கோள்களை எய்திக்கொள்வதற்கு இப் பகுப்பாய்வு உபகாரமாகும். இந்த தருவாயிலயே எழுதுவதனை ஆரம்பிக்கவும்.

என்னை பற்றிய SWOT பகுப்பாய்வு

1.அடையாளங் காணப்பட்ட ஆற்றல்களை மேலும் தக்க வைத்துக்கொண்டு அவற்றை மேம்படுத்தவும்.

2.அடையாளங் காணப்பட்ட பலவீனங்களை மிக விரைவில் தோற்கடிக்கவும்

3.அண்மித்துக்கொள்ள முடியுமான வாய்ப்புகள் தொடர்பாக முயற்சிகளை மேற்கொள்ளவும்.

4. உங்களுக்குள்ள சவால்களை (எச்சரிக்கைகளை) வெற்றிக்கொள்ளும் முறை தொடர்பாக சிந்திக்கவும்.

இந்த SWOT பகுப்பாய்வு மூலம் நீங்கள் உங்களைப்பற்றி சரியானதொரு சித்திரமொன்றை உருவாக்கி கொள்ளுதல் வேண்டும். சவால்களுக்கு சவால் விடுத்து வாழ்க்கையின் நோக்கங்களை வெற்றிக்கொள்ளவும். தடைகளை தாண்டி பாய்தல் வேண்டும். (மீற்றர் 100 – போட்டியினை 10 விநாடி குறைவில வெற்றிபெறுவதை உதாரணமாக கொள்ளவும்) பெரும்பாலான தடைகள் மனம் சார்ந்த தடைகளாகும்.

என்னுள் உள்ள ஆற்றல்கள் (STRENGTHS)	என்னுள் உள்ள பலவீனங்கள் (WEAKNESS)
எனக்குள்ள வாய்ப்புகள் (OPPORTUNITIES)	எனக்குள்ள சவால்கள் (அச்சுறுத்தல்கள்) (THREATS)

இலக்குகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ளுதல் என்பது, ஏதேனுமொரு வெற்றியை நோக்கி செல்லுதலாகும். அதற்காக,

- குறித்துரைத்த குறிக்கோள் (SMART நோக்கம்)
- குறித்துரைத்த திகதி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

❖ குறித்துரைத்த வெற்றித் தூண் இருத்தல் வேண்டும்.

எப்பொழுதும் இலக்குகள் சவால்களாக இருத்தல் வேண்டும். இலக்கு என்பது நாம் குறிப்பிடப்பட்ட கனவாகும்.

உயர் தர பரீட்சையில் சிறந்த பெறுபேறுகளை பெற்றுக்கொள்வதற்கு மேற்கொள்ள வேண்டிய படிமுறைகள்

1. முதலாவதாக பரீட்சையில் சித்தியடைவதற்கு ஆகக் கூடிய முயற்சி எடுத்தல் வேண்டும்.

✱ இந்த ஆண்டில் உங்களது முன்னுரிமை

முதலாவதாக படிப்பதற்கு

இரண்டாவதாகவும் படிப்பதற்கு

மூன்றாவதாகவும் படிப்பதற்காகவே தயாரித்துக்கொள்ளுதல் வேண்டும்

2. படிப்பதற்கு சரியான முறைகளை தெரிவு செய்யவும்

- ✱ படிப்பதற்கான முறைகள்
- ✱ பாடசாலை வகுப்பறைகள் மற்றும் தனிப்பட்ட வகுப்புகளில் கற்கும் சரியான முறை
- ✱ சரியாக குறிப்புகளை எழுதுதல் - சிறு குறிப்புகள், உள ஓவியங்கள் தயாரிப்பதற்கு முயற்சிக்கவும்.

3. நேரத்தை சரியாக முகாமைத்துவம் செய்யவும்

- ✱ நாளாந்த நேர அட்டவணையை தயாரித்து அதற்கேற்றவாறு அமைந்தொழுகவும்.
- ✱ உணவு- போஷாக்கு உணவு/உரிய அளவிற்கு, உரிய நேரத்திற்கு எடுக்கவும்
- ✱ உடற் பயிற்சி - விளையாட்டுக்காக 30-60 நிமிடங்களை ஒதுக்கவும்.
- ✱ உறக்கம் - இரவு உறக்கம் கட்டாயமாக 06 - 07 மணித்தியாளங்களாக இருத்தல் வேண்டும். (இரவு 10-11 மணி தொடக்கம் காலை 04-05 மணி வரை)மிகவும் பொருத்தமான காலமாகும்.

4. இல்லை/இயலாது என கூறுவதற்கு கற்கவும்.

- ✱ பிழையான நடத்தைகளுக்கு , அங்கீகரிக்கப்படாத தொடர்புகளுக்கு எவரேனுமொருவர் அழைத்தால் இல்லை, இயலாது என கூறுங்கள்/ துணிவாக இருங்கள்.
- ✱ பிழையானவற்றிலிருந்து, காலத்தை வீணாத கடத்தும் செயற்பாடுகளிலிருந்து விலகி செயற்படுங்கள். அதற்கான தன்னம்பிக்கையை விருத்தி செய்து கொள்ளுங்கள் பிரச்சினை, சந்தேகம் ஏற்பட்டவுடன் ஆலோசகர், பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் ஆகியோரின் கருத்துகளை அறிந்து செயற்படவும்.

5. படிப்பதற்கு பொருத்தமான முறைகளை பயன்படுத்தவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* உங்களது கற்கை முறையை அடையாளங் காணவும். காட்சி சார்ந்த (VISUAL) கேட்டல் சார்ந்த (AUDITORY)
* ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு பாடங்களிலும் தெரிவு செய்து ஒரு பகுதியை கற்கவும். மெய்யுறு கல்வி (KINESTHTIC)
* உள்வாங்குதல் - களஞ்சியப்படுத்தல் - வெளிப்படுத்தல் சரியாக மேற்கொள்ளவும்.
* சுருக்கமான முறைகள் - அட்டவணைப்படுத்தல் - சித்திரக் குறிப்புகள் - விடுகதை முறைகள் தயாரித்துக்கொள்ளவும்.

6. <u>விடைகளை எழுதி பழகவும்</u>

* கடந்த ஆண்டுகளின் வினாத்தாள்களுக்கு பதில் எழுதி பயிற்சி செய்யவும்
* எழுதிய பதில்களுக்கு சிறு உருவரைக் குறிப்பை தயாரித்து இணைக்கவும்.
* நீங்கள் எழுதிய பதில்களை ஆசிரியர்களிடம் காட்டி பரீட்சித்துகொண்டு ஆலோசனைகளை பெற்றுக்கொள்ளவும்.

<u>உயர் தர பரீட்சையின் பின்னர் வாழ்க்கை</u>

உயர் தர பரீட்சை முடிவுறுத்திய பின்னர் நீங்கள் மேற்கொள்ள வேண்டிய நடைமுறைகள்

1. நீங்கள் மேலே செல்வதற்கு எதிர் பார்க்கும் துறைகளில் பட்டம் பெறுதல்.
2. தொழில்சார் பாடநெறிகளை கற்றல்.
3. வேலைக்கு தேவையான பயிற்சிகளை பெற்றுக்கொள்ளுதல்.
4. நேரடியாக தொழில்களுக்கு உட்சேர்தல்.
5. சுய தொழில்களை ஆரம்பித்தல்.

1.பல்கலைக்கழகங்களில் இணைந்து பட்டப்படிப்பு பாடநெறி கற்றல்

- உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகங்கள்
- அரச மற்றும் தனியார் பல்கலைக்கழகங்கள் அல்லது நிறுவனங்கில் இணைந்துள்ள பல்கலைக்கழகங்கள் (பல்கலைக்கழக மானியங்கள் ஆணைக்குழுவின் அனுமதியுடன் கூடிய)
- வெளிநாட்டு பல்கலைக்கழகங்களுடன் இணைந்துள்ள உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகங்கள்
- வெளிநாட்டு பல்கலைக்கழகங்கள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பாடசாலை கல்வியின் பின்னர் நீங்கள் உயர் தர பரீட்சையை உயர் மட்டத்தில் சித்தியடைந்திருப்பின் நீங்கள் உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகம் சென்று பட்டம் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

உயர் தர பரீட்சையில் அதிக புள்ளிகளைப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள். திறமையுடன் கூடிய பிள்ளைகள் பல்கலைக்கழக பட்டம் பெறுவதற்கு மனவுறுதி கொள்ளுதல் வேண்டும். முழு மொத்த எதிர்காலத்திற்கும் அதன் மூலம் நன்மை கிடைக்கும். சிறந்த பிள்ளைகள் நாட்டுக்கு வளமாக வேண்டும். நாட்டின் எதிர் காலத்திற்கு சிறந்தவர்களின் சேவை அத்தியாவசியமாகும்.

உங்களது உயர்தர பெறுபேறுகளின் படி உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகங்களில் கற்கமுடியுமான சில பாடநெறிகள் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. பல்கலைக்கழக மானியங்கள் ஆணைக்குழுவின் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ள பல்கலைக்கழகங்களின் எண்ணிக்கை 15 ஆகும். அவை,

1. கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்
2. பேராதனை பல்கலைக்கழகம்
3. ஸ்ரீ ஜயவர்தனபுர பல்கலைக்கழகம்
4. களனி பல்கலைக்கழகம்
5. மொரட்டுவை பல்கலைக்கழகம்
6. ஊவ வெல்லஸ்ஸ பல்கலைக்கழகம்
7. சப்ரகமுவ பல்கலைக்கழகம்
8. யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழகம்
9. ருகுணு பல்கலைக்கழகம்
10. கிழக்கு பல்கலைக்கழகம்
11. தென் கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்
12. ரஜரட்ட பல்கலைக்கழகம்
13. வயம்ப பல்கலைக்கழகம்
14. ஆற்றுகைக் கலைகள் பல்கலைக்கழகம்
15. திறந்த பல்கலைக்கழகம்

உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகங்கள்

பௌதீகவியல் பாடத்துறை →

பொறியியல் பாடநெறிகள்

சிவில்
இலத்திரனியல்
மின்
இயந்திம்,
பொறியியலாளர்
கணினி என்ற
வகையில்
NDT
பௌதீகவியல்
கட்டிடக்கலை

உயிரியல் பாடத்துறை →

மருத்துவ விஞ்ஞானம்
(மேற்கத்திய
ஆயர்வேதம் மற்றும்
யுனானி) பீடத்தின்
பாடங்கள்
பல் மருத்துவம்
விவசாயம்
கால்நடை மருத்தவம்
உணவியல் வல்லுநர்
மருந்தாளர்
உணவியல்
உயிரியல்
தாதியர் பட்டப்படிப்பு
உடற் பயிற்சி
மருத்துவம்
உளவியல் பட்டப்படிப்பு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆற்றுகைக் காலை பாடத்துறை →

நுண்கலை பட்டம்
நடனம்
நாடகக் கலை
சங்கீதம்
ஓவியம் மற்றும் சிறபம்
அரங்காடல் கலை
வெகுஜன ஊடகம் தொடர்பான பட்டம்

தொழில்நுட்பவியல் பாடத்துறை →

தொழில்நுட்பவியல் பட்டம்
B – TEC பட்டம்
NVQ iv-v-vi மட்டம் பூர்த்தி செய்த தொழிலசார் திறன் சான்றிதழ்கள்

கலை பாடத் துறை →

கலை பீடத்தின் பாடங்கள்
மொழிப் பாடங்கள்
சமூகவியல்
பொருளியல்
புவியியல்
வரலாறு
தொல்பொருளியல்
சட்டம்
உளவியல்
குடியியல்
வெகுஜன ஊடகம் தொடர்பான பட்டம்
(தொழில் சார் கல்வியியல்
கணினி முகாமைத்துவம்
கட்டிடக்கலை பாடநெறிகள்

வர்த்தக பாடத் துறை →

வர்த்தகம் மற்றும் முகாமைத்துவ பீடத்தின் பாடங்கள்
கணக்கியல்
வர்த்தகம்
முகாமைத்துவம்
வியாபார நிர்வாகம்
மனிதவளங்கள் முகாமைத்துவம்
சந்தைப்படுத்தல் முகாமைத்துவம்
கணினி பாடநெறிகள்

பொது விடயத் துறை →

மொழி பாடநெறிகள்
சட்டம்
உளவியல் என்ற வகையில்

தாம் உயர் தர பரீட்சையில் தெரிவு செய்துள்ள பாடங்களின் படி பல்கலைக்கழகத்தில் கற்க முடியுமான பாடநெறி தீர்மானிக்கப்படுவதுடன், அது சில சந்தர்ப்பங்களில் மேற் காட்டப்பட்டுள்ள உதாரணங்களின் படி நிகழ்வதற்கு சாத்தியமில்லையென்பதையும் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுதல் வேண்டும். சில பல்கலைக்கழகங்கள் மூலம் வெளியக பட்டப்படிப்பு பாடநெறிகளும் நடாத்தப்படுவதுடன், ஆட்சேர்ப்புத் தகைமைகள் பூர்த்தி செய்திருப்பின் அதில் பதிவாகி கல்வி கற்கவும் முடியும்.

மேற்படி பட்டப்படிப்புகள் போன்று உயர் டிப்ளோமா, டிப்ளோமா, சான்றிதழ் பாடநெறிகள், பட்டநிலை பின் படிப்பு டிப்ளோமா, கலை முதுமாணி, தத்துவ முதுமாணி ஆகிய (MSC/ PhD) பட்டங்களுக்கும், கல்வி கற்பதற்கான பிரவேசிப்புகள் உள்ளன. கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இணைய தளங்களின் ஊடாக உங்களுக்கு தேவையான தகவல்களை பெற்றக்கொள்ளலாம்.

www.UGC.gov.lk

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

www.Moh.gov.lk

மேற்படி 15 உள்நாட்டு பல்கலைக்கழகங்களுக்கு மேலதிகமாக தனியார், அரச மற்றும் இணைந்த, வெளிநாட்டு பல்கலைக்கழகங்கள் மற்றும் பட்டங்களை அளிக்கும் நிறுவனங்களின் ஊடாகவும் நீங்கள் மேலதிக கல்வி கற்கலாம். இந்த நிறுவனங்களில் மேற் குறிப்பிட்டுள்ளவாறு எந்தவொரு அங்கீகரிக்கப்பட்ட பட்டமொன்றையும் பெற்றுக்கொள்ள முடிவதுடன், மேற் குறிப்பிட்டப்பட்ட ஒவ்வொரு நிறுவனத்திலும் கற்ற மாணவர்கள் உள் நாட்டிலும், வெளிநாட்டிலும் வேலைகளில் ஈடுபடுகின்றனர். பல்கலைக்கழக மானிய ஆணைக்குழுவால் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள அரச மற்றும் தனியார் பல்கலைக்கழகங்கள் அதிகளவில் உள்ளன. பட்டமளிப்புகளை மேற்கொள்கின்ற நிறுவனங்கள் தொடர்பாக தனிப்பட்ட முறையில் ஆராய்ந்து பார்த்து திருப்தியாக இருப்பின் அந்த நிறுவனங்களில் கல்வி கற்கும் ஆற்றல் உள்ளது.

02. பல்கலைக்கழகங்களுக்கு புறம்பான தொழில்சார் பாடநெறிகள்

* **வெளிநாட்டு தொழில்சார் பாடநெறிகள்**

CIMA/ACCA/CIM/SLIM போன்ற கணக்கியல் மற்றும் முகாமைத்துவ துறைகளில் பிரசித்திபெற்ற பாடநெறிகள்.

* **உள்நாட்டு தொழில்சார் பாடநெறிகள்**

பட்டயம்பெற்ற கணக்கியல், பட்டயம்பெற்ற பொறியியலாளர், பட்டயம்பெற்ற நிலஅளவையாளர், பட்டயம்பெற்ற கட்டிடக்கலைஞர், பட்டயம்பெற்ற சந்தைப்படுத்தல் போன்ற தொழில்சார் பாடநெறிகள் பல இலங்கையில் நடைமுறைப்படுகின்றன.

இதற்கு மேலதிகமாக குறுகிய கால தொழில்சார் பயிற்சி பாடநெறிகளும் தொழில் சந்தையை அடிப்படையாகக்கொண்டு பல்வேறு நிறுவனங்கள் ஆரம்பித்துள்ளன. இது தொடர்பான தகவல்கள் பெற்றுக்கொள்ள முடியுமான பல முறைகள் உள்ளன. அவற்றுள் அரச தகவல் மையம் மூலம் அரசாங்க துறையின் எல்லா நிறுவனங்கள் தொடர்பான தகவல்களை பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

www.gicogov.lk

1)தேசிய இளைஞர் சேவை மன்றம்

2)இலங்கை தொழில் பயிற்சி அதிகார சபை

4. நேரடியாக தொழில் சந்தையில் பிரவேசித்தல்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உயர்தர பரீட்சை சித்தியடைந்த பின்னர் பல்வேறு நிறுவனங்களிடம் விண்ணப்பித்து வேலை பெற்றுக்கொள்ளலாம். தாம் பெற்றுக்கொண்டுள்ள பரீட்சை சித்திகள், பாடத்துடன் சமமான நடவடிக்கைகள், விளையாட்டு திறன் சான்றிதழ்கள், தலைமைத்துவ ஆற்றல்கள், நுண்கலை ஆற்றல்கள் என்பவற்றை கருத்தில்கொண்டு நேரடியாக தொழில்களுக்கு ஆட்சேர்ப்புச் செய்யப்படுகிறது. நீங்கள் தொழில் சந்தையில் வேலை பெற்றுக்கொள்வதற்கு முயற்சிப்பவராயின் அது தொடர்பாக நீங்கள் அறிந்திருத்தல் வேண்டும். அதற்காக முன்னாயத்தம் மற்றும் முயற்சி பாடசாலை காலம் தொடக்கம் இருத்தல் வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தொழில் சந்தை (தொழிற் சந்தை)

தொழிற் வாய்ப்புகள்

- நிறுவனம் சார்ந்த தொழில்கள்
  - அரச நிறுவனங்கள்
  - தனியார் நிறுவனங்கள்
- வெளிநாட்டு தொழில்கள்
- சுய தொழில்
- தொழில் முயற்சி

நிறுவனங்கள் - தனிப்பட்ட நிறுவனங்கள் மற்றும் அரச நிறுவனங்கள்

இந்த எத் துறையின் தொழிலுக்கும் நீங்கள் பெற்றுக்கொண்டுள்ள உயர் தர சான்றிதழ் போதுமானதாகும். ஆகையால் அந்தந்த நிறுவனங்கள் தொழில் எதிர்பார்ப்பவர்களிடமிருந்து எத்தகைய தகைமைகளை எதிர்பார்க்கின்றன என அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

அதற்காக பத்திரிக்கைகள், வர்த்தமானி அறிவிப்புகள், இணைய தளங்கள் என்பனவற்றில் வெளியிடப்படும் தொழில் வெற்றிடங்களின் அறிவிப்புகளை வாசித்து தகவல்களை அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

உயர்தரம் முடிவுறுத்தப்பட்டு நேரடியாக தொழில் செய்வதற்கு எதிர்பார்க்கப்படுவதாயின் நேரங்காலத்துடன், தேவையான தகைமைகளை பூர்த்தி செய்திருத்தல் வேண்டும். முன்னாயத்தம் இருத்தல் வேண்டும். கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சான்றிதழ்களுடன் கூடிய முழுமையான கடிதக்கோவையை தயாரிக்கவும். இதற்காக தயாரிக்கப்பட்டுள்ள கடிதக்கோவையை கொள்வனவு செய்யலாம். (CLEAR FILE)

<u>உங்களது தகவல் கடிதக்கோவையை தயாரிக்கும்போது.</u>

* சுய தரவு தகவல்களுடன் கூடிய விண்ணப்பம் (அட்டவணையை பார்க்கவும்)
* பரீட்சைகளின் சான்றிதழ்கள்
* விளையாட்டு மற்றும் சங்கங்களின் திறமைச் சான்றிதழ்கள்
* பல்வேறுபட்ட பயிற்சி தொடர்பான சான்றிதழ்கள்
* பாராட்டுகள்/ நற்பெயர் , மெச்சுதல் சான்றிதழ்கள்
* பிறப்புச் சான்றிதழ்கள், கிராம அலுவலர் சான்றிதழ்
* நற்சான்றிதழ்கள், பாடசாலை விடுகை சான்றிதழ்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* ஆள் அடையாள அட்டை- புகைப்பட சான்றிதழ்களுடன் கூடிய மூலப் பிரதிகளை தயார்படுத்திக் கொள்ளவும்
* தொழில் ஆலோசனை செயலமர்வில் பங்குபற்றி தொழில் ஆலோசனை அலுவலரொருவரை சந்தித்து கலந்துரையாடலாம். உங்களுக்கு தேவையான உதவிகளை பெற்றுக்கொள்வதற்கு பிரதேச செயலகத்தின் மனிதவள அபிவிருத்தி உதவியாளரை சந்தித்தல் வேண்டும்.
* முழுநேர மற்றும் பகுதி நேர தொழில்களும், விசேட காலங்களுக்கு உருவாகும் தொழில்களும் (புதுவருட மாதம், நத்தார் மாதம்) என்று வகைப்படுத்தலாம். அவை தொடர்பாக வெளியிடப்படும் அறிவிப்புகள் பற்றி விழிப்புடன் இருக்கவும்.

3. தொழிலுக்கு தேவையான பயிற்சி பெற்றுக்கொள்ளவும்

வெறுமனே உயர்தர சான்றிதழ் அல்லது அந்த அறிவு மட்டும் தொழில் புரிவதற்கு போதுமற்றதாகும். ஆகையால் தமது திறமை மற்றும் விருப்பம் என்பன அடிப்படையாகக்கொண்டு குறுகிய கால பாடநெறிகளை நடாத்துகின்ற நிறுவனங்களில் இணைந்து பாடநெறிகளை கற்கலாம். இந்த நிறுவனங்கள் தொழில்சார் மற்றும் மூன்றாம் நிலை நிறுவனத்தில் பதிவாகி இருப்பின் அந்த பாடநெறிகளின் பண்புசார் பெறுமதி மற்றும் தரம் உயர்ந்ததாகும். தொழில்களுக்காக அந்த நிறுவனம் வழங்குகின்ற சான்றிதழ்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.

உயர் தர சான்றிதழ் → குறுகிய கால பயிற்சி → தொழிலுக்கு செல்லுதல்

இப் பயிற்சி நிறுவனங்கள் மூலம் 03/06/09/12 ஆகிய மாதங்களை அடிப்படையாகக்கொண்டு பல்வேறு பயிற்சிகள் வழங்கப்படுகின்றன. NVQ, II, III, IV போன்ற சான்றிதழ்களை பெற்றுக்கொள்வதற்கு முடியுமான பயிற்சிகளுக்கு சென்றால் அதன் மூலம் மேலுமொரு நன்மை கிடைக்கின்றது. அதாவது சில நிறுவனங்கள் பயிற்சியின் பின்னர் தொழில் வாய்ப்புகளை வழங்குவதற்கும் நடவடிக்கைகள் மேற்கொண்டுள்ளன.

உயர் தர பரீட்சையின் பின்னர் குறுகிய கால பயிற்சியினை பெற்றுக்கொள்வதற்கு விரைவாக ஈடுபடல் வேண்டும்.

- நீங்கள் கற்கும் பாடநெறிகள் உங்களது குறிக்கோள்களுக்கு பொருத்தமாக இருப்பின் மிகவும் நன்றாகும். பரீட்சை பெறுபேறுகள் கிடைக்கும் வரை ஆங்கில பாடநெறிகள், தமது பொழுதுபோக்கை மேம்படுத்தும் பாடநெறிகள் (சங்கீதம், நடனம், இலத்திரனியல்)
- ஆய்வு சுற்றாடல்கள், உணவு தயாரித்தல், ஆடை தைத்தல், கலை படைப்புகளை தயாரித்தல்
- நிறுவனங்களில் இணைந்து தொழில் பயிற்சி பெறுதல்

சுய தொழில்களில் ஈடுபட்டாலும், வெளிநாட்டு வேலைகளில் ஈடுபட்டாலும், தனியார் துறைகளில் ஈடுபட்டாலும் கிடைக்கப்பெறும் ஆகக் குறைந்த மட்டத்தில் திருப்தியடைவதற்கு கற்றல் வேண்டும். வேலையின்றி இருப்பதை பார்க்க வேலையில் இருப்பது சிறப்பாகும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

* அதன் மூலம் ஆளுமைக்கு மேன்மை ஏற்படுகின்றது
* சமூக அந்தஸ்து கிடைக்கின்றது
* பொருளாதார ரீதியாக வசதி ஏற்படுகிறது
* ஒவ்வொரு நாளும் வேலை மூலம் கற்கலாம்.

இந்த வாசகங்களின் மூலம் சொல்லப்படும் கருத்துகளை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளவும்

உழைப்பதற்காக தொழில் செய்பவரை கடந்து, கற்பதற்காக தொழில் செய்பவர் முன்னோக்கிச் செல்வதனை யாராலும் தடுக்க முடியாது

தொழில்களுக்கு ஆட்சேர்ப்பு செய்கின்ற முறைகள் தொடர்பாக விழிப்புடன் இருத்தல் இருத்தல் வேண்டும். கிடைக்கும் முதலாவது சந்தர்ப்பத்தை கைவிடாது பயன்படுத்தல் வேண்டும்.

ஆண்டவர் உங்களுக்கு ஒரு வாய்ப்பே வழங்குகின்றார். அதனை பிடித்து கொள்வதற்கு தயாராக இருங்கள்

" அதிர்ஷ்டமுள்ள நபரை கடலுக்குள் எறிந்தாலும் அவர் ஒரு மீனை வாயில் எடுத்துக்கொண்டே மேலே வருகின்றார்." என்று பபிலோனியாவின் கூற்று உள்ளது." நீங்களும் அதனைக்கொண்டு ஒரு பாடம் படித்தல் வேண்டும்.

ஆட்சேர்ப்புச் செய்யும் சில பொது முறைகள் உள்ளன.

1. விண்ணப்பங்கள் கோருதல் (பத்திரிக்கை, வானொலி, வர்த்தமானி அறிவிப்பு, அந்தந்த நிறுவனங்களின் தலைவர்கள் மூலம், அழைப்புகளின் மூலம்)
2. போட்டி பரீட்சைகளை நடாத்தல் (விவேகப் பரீட்சை, பொது அறிவு, மொழி கிரகித்தல், வினாப்பத்திரங்களை எதிர் நோக்கல் வேண்டும். செய்முறை ஆற்றல் மற்றும் ஆற்றல்களையும் அளவிடப்படும்)
3. நேர்முகப் பரீட்சைகளை நடாத்தல் (நேரடியாக நேர்முகப் பரீட்சைக்கு அழைத்தல்)
4. நிறுவனங்களிலிருந்து வந்து அழைப்புவிடுத்தல் (ஆடை கைத்தொழில்)
5. பயிற்றுவிக்கும் நிறுவனங்களிலிருந்து ஆட்சேர்ப்புச் செய்தல்(இயந்திரங்களின் பயிற்சி, ஆடை கைத்தொழிற்சாலைகள்)
6. விண்ணப்பத்தாரிகள் அனுப்புகின்ற விண்ணப்பங்களை கோவையிட்டு கோருவதன் மூலம்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வேலை உலகில் புதிய போக்குகளை அடையாளங் காணுங்கள். அதற்கு ஏற்ப நீங்களும் ஒழுங்கமையவும்.

- தற்காலத்தில் தனியார் துறையில் வேலை வாய்ப்புகளின் அளவு 60% ஆகும். அந்த வளர்ச்சியல் பயனடையவும்
- புதிய தொழில் துறைகள் தோன்றுகின்றன. விழிப்பாக இருத்தல் வேண்டும் கிடைக்கப்பெறும் முதலாவது சந்தர்ப்பத்திலயே பயனடையவும்.

  உதாரணம்- BPO துறையின் வேலைகள்

  ✶ கையடக்க தொலைபேசி பழுது பார்ப்பதற்கு பயிற்சி வழங்கி வேலை வழங்கும் அவ்வாறான புதிய போக்குகளைக் கொண்டு பயனடையவும்.

- வேலையை பேணிச் செல்வதற்கு அர்ப்பணிப்புடன் பணியாற்றல் வேண்டும். பணியாற்றும் நிறுவனங்களில் தலைவர்கள் எதிர் பார்க்கின்ற பண்புகளை உங்களுள் விருத்தி செய்து கொள்ளுங்கள். பயிற்சிபெறுங்கள்
- செய்கின்ற எந்தவொரு வேலையாயினும் அன்பு செலுத்தவும். உயர்ந்த - தாழ்ந்த வேலை பாகுபாடு தற்காலத்தில் இல்லை. அது 19 - 20 நூற்றாண்டுகளின் ஏற்றுக்கொள்ளுதலாகும்.
- தனியார் துறை நிறுவனங்கள் விசேடமாக தமது ஊழியர்களை நிறுத்தி வைத்துக்கொள்வதற்கு பல்வேறு பயிற்சி நிகழ்ச்சிகள், புலமைப் பரிசில்கள் என்பன வழங்குகின்றன. வேலை செய்கின்ற ஒவ்வொரு தருணத்திலும் ஏதேனையும் கற்பதற்கு முயற்சித்தல் வேண்டும். (WORK TO LEARN)
- சேவையாற்றும் நிறுவனத்தை பெருமைப் படுத்துங்கள். இயன்ற எல்லா முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ளுங்கள். உங்களில் உள்ள எல்லா ஆற்றல்களையும் நிறுவனத்தின் முன்னேற்றத்தில் ஈடுபடுத்துங்கள்.
- கல்வி மற்றும் தொழில்சார் தகைமைகள் என்பன இயன்ற வரை அதிகரித்துக்கொள்ளுங்கள். திறமையுள்ள நபருக்கு வாய்ப்பு உள்ளது. பாடசாலை காலத்திலும் அதன் பின்னரும் தமது இலக்குகளை நோக்கிச் செல்வதற்கு தேவையான அறிவு, பண்பு, ஆற்றல், திறன்கள் என்பன விருத்திச் செய்து கொள்ளவும்.
- கீழே இருந்து மேல் நோக்கிச் செல்கின்ற ஏணி ஒவ்வொரு நிறுவனத்திலும் உள்ளது. நிறுவனங்கள் விஸ்தரிக்கப்படுகின்றன. புதிய வேலை வாய்ப்புகள் உருவாக்கப்படுகின்றன. உள்ளே உள்ள ஊழியர்களுக்கு பதவி உயர்வுகள் வழங்கி அவர்களை வைத்துக்கொள்வதற்கு நிறுவனங்கள் முயற்சியெடுக்கின்றன. அந்த ஏணியில் ஏறிச்செல்வதற்கு தேவையான தகைமைகளை கோவைப்படுத்துங்கள்.
- நீங்கள் சிறந்த நபராக இருந்தால், வேலை உலகம் நீங்கள் வரும் வரை பார்த்து கொண்டிருக்கும்
- மென்மைத் திறன்கள் (SOFT SKILLS) மற்றும் மனிததிறன்கள் (PEOPLE SKILLS) உள்ளவர்கள் ஏணியில் உச்சிக்கு செல்லலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

(உங்களது எதிர்காலத்திற்கு பெறுமதி கிடைக்ககூடியதான இப்பகுதியை க.பொ.த.உயர்தர பரீட்சையின் பின்னர் நன்றாக வாசிக்கவும்.

<u>வேலை உலகத்தை அடையாளங் காணுவோம்</u>

தற்காலத்தில் பல்வேறு வேலை வாய்ப்பு வகைகள் உருவாக்கப்பட்டு வருகின்றன. உயர் தர வகுப்புகளில் கற்கும் கால கட்டத்திலயே வேலை உலகம் மற்றும் புதிய போக்குகள் தொடர்பாக விழிப்புணர்வுடன் இருத்தல் வேண்டும். தகவல்களை கண்டறிந்து புறம்பாக கோவையை தயாரித்தல் வேண்டும். நீங்கள் வேலை உலகம் தொடர்பாக சரியாக அறிந்துகொள்வதற்கு கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள நடைமுறைகளை கடைபிடிக்கலாம்.

(1). **<u>தொழில்சார் வழிகாட்டல் அலுவலர்களை சந்தித்து கலந்துரையாடல்.</u>**

உங்களுக்கு மிக அண்மித்துள்ள பிரதேச செயலகப் பிரிவில் மனித வள அபிவிருத்தி உதவியாளர், உங்களுக்கு உதவி புரிவதற்கு தயாராக உள்ளார்.

(2). **<u>தொழில்சார் வழிகாட்டல் மற்றும் செயலமர்வுகளில் பங்குகொள்ளுதல்</u>**

i. மனிதவலு மற்றும் வேலைவாய்ப்பு திணைக்களம் மூலம்

ii. இளைஞர் சேவை மன்றம் மூலம் மற்றும் ஏனைய தனியார் நிறுவனங்கள் மூலம் (காப்புறுதி, வங்கி ஆடைக் கைத்தொழில், கைத்தொழில் நிறுவனங்கள்) நடாத்துகின்ற தொழிற் சந்தை செயலமர்வுகளில் கலந்துகொள்ளுதல்)

(3). **<u>தற்போது வேலைகளில் ஈடுபட்டுள்ள நபர்களிடமிருந்து தகவல்களை பெற்றுக்கொள்ளுதல்</u>**

(4). **<u>பத்திரிகைகளில் வெளியிடப்படும் அறிவிப்புகளை வாசித்து அறிந்துக் கொள்ளுதல்</u>**

- ❖ நிலவும் மற்றும் விண்ணப்பிக்கின்ற வேலை வகைகளை வெவ்வேறாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அந்த வகைப்படுத்தலின் படி உங்களுக்கு பொருத்தமான தொழிலை தெரிவு செய்யலாம்.

(5). **<u>காலத்தின் படியும் வேலைகள் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அவற்றை அடையாளம் காணல்</u>**

1. முழுநேர வேலைவாய்ப்புகள்
2. பகுதி நேர வேலைகள்
3. வார இறுதியில் மேற்கொள்ள முடியுமான வேலைகள்
4. விசேட காலங்களில் மேற்கொள்ள முடியுமான வேலைகள்(புத்தாண்டு காலம், நத்தார் காலம்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

5. ஒப்பந்த அடிப்படையில் மேற்கொள்ள முடியமான வேலைகள் (ஏதேனும் கருத்திட்டம் சார்ந்து)

6. அழைக்கப்படும சந்தர்ப்பங்களில் மேற்கொள்ள முடியுமான வேலைகள்

   (ஆசிரியர்கள், மொழிபெயர்ப்பாளர்கள், வழிகாட்டுநர்கள் ஆகிய)

7. பயிற்சி பெறுநர்களுக்காக (தொழில் பயிற்சி - நிறுவனத்தில்)

8. காப்புறுதி நிறுவனங்களில், சந்தைப்படுத்தல் உதவியாளராக, புள்ளிவிபர மற்றும் ஆய்வு அலுவலராக, குறுகிய கால வேலைகளுக்கு ஆட்சேர்ப்புச் செய்யப்படும். பத்திரிக்கைகளில் வெளியாகும் அத்தகைய அறிவிப்புகள் பற்றி விழிப்புடன் இருத்தல் வேண்டும்.

உங்களது ஆளுமை பண்புகளை அடையாளம் கண்டு, உங்களுக்கு பொருத்தமான வேலையை அடையாளம் காண்பதற்கு இந்த செயற்பாடுகள் உபகாரமாக அமையும்.

செயற்பாடு -1

நான் செய்வதற்கு விருப்பமுள்ள - கீழே குறிப்பிடப்படும் கூற்றுகளை வாசித்து நீங்கள் செய்வதற்கு விருப்பமுள்ள அலுவல்களின் முன்னிலையில் (வழுங்கப்பட்டுள்ள கூட்டினுள்) √ குறியீட்டை அடையாளமிடவும். அதன் பின்னர் √ குறியீடுகளை ஒன்றாக கூட்டி எழுதவும். சுய மதிப்பீடு அதிகமான √ குறியீடுகள் உள்ள கூட்டினுள் மேலே உள்ள எழுத்தை (SELF ASSESMENT) சுற்றி வட்டமொன்றை வரையவும்.

R		I	
இயந்திர மெஷின்களை பழுது பார்ப்பதற்கு, முகாமொன்றுக்கு செல்வதற்கு, (சிரமதானத்தை கொண்டு) வேலை செய்வதற்கு, உலோக கைத்தொழில்களில் ஈடுபடுவதற்கு, தச்சு வேலை பாடநெறிகளை கற்பதற்கு, கராஜில் வேலை செய்வதற்கு, வண்டி ஓட்டுவதற்கு, கணினிகளை பொருத்துவதற்கு		சிக்கலான பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வுகளை கண்டறிதல், செய்முறையில் தோன்றுகின்ற பிரச்சினைகளுக்கு கணிதம் பயன்படுத்தல், விஞ்ஞான கோட்பாடுகளை கற்பதற்கு, பௌதிக விஞ்ஞான பாடத்தை கற்பதற்கு, ஆராய்ச்சிகூடத்தில் பணியாற்றுவதற்கு, தொழில்நுட்பம், (இயந்திர) பிரச்சினைகளை தீர்த்தல்	
மொத்தம்		மொத்தம்	
A		S	
கதை அல்லது கருத்தினை நாடகத்தில் அல்லது திரைப்படத்தில் புகுத்தல், சங்கீத குழுவில் அல்லது வாத்திய		அறம் சார்ந்த நடவடிக்கைகள் மற்றும் சமூக பணிகளில் ஈடுபடுதல், சுய ஆளுமை விருத்தி பாடநெறியினை	

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குழுவில் இணைந்து செயற்படுதல், புகைப்படமெடுத்தல். ஓவியம் படைத்தல், கவிதை, நாவல்கள், சிறுகதை எழுதுதல் மற்றும் வாசித்தல், உள்ளக அலங்காரப்படுத்தல் அல்லது ஏனைய வடிவமைப்புகளை கற்றல். நாடகம் அல்லது திரைப்படத்தில் நடித்தல்		கற்றல், உளவியல் கற்றல், ஏனையவர் திறன்களை பெற்றுக்கொள்வதற்கும். வேலைகளை பெற்றுக்கொள்வதற்கும் பயிற்றுவித்தல், ஏனையவர்களின் பிரச்சினைகளை தீர்த்துவைத்தல், பாடசாலையில் அல்லது வேறு நிறுவனமொன்றில் கற்றல், ஆலோசனை பாடநெறியில் அல்லது முகாமில் இணைதல்	
மொத்தம்		மொத்தம்	
E		C	
வியாபாரங்களின் வெற்றிக்கு உதவுகின்ற உபாய முறைகளை கற்றல். ஏனையவர்களின் வேலைகளை மேற்பார்வையிடுதல், அரசியல் குழுவுடன் இணைந்து பணியாற்றுதல், சுய தொழில் அல்லது வியாபார நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுதல், சந்தைப்படுத்தல் ஊக்குவிப்பு கூட்டத்தில் தொடர்புபடுதல், தீர்மானம் எடுத்தல், ஏனையவர்களுக்கு தாக்கங்களை ஏற்படுத்தி அலுவல்களை நிறைவேற்றிக்கொள்ளுதல்		வழங்கல் பொருட்கள் மற்றும் உற்பத்திகள் என்பனவற்றில் பட்டியல்களை வைப்பதற்கு, கணினியில் வேலை செய்வதற்கு. பிழைகள், குறைப்பாடுகள் உள்ளதா என அறிக்கைகள் மற்றும் உற்பத்தி பொருட்களில் பரிசீலனை செய்வதற்கு, வருமான செலவின அறிக்கைகளை வைப்பதற்கு, வியாபார கடிதங்களை எழுதுவதற்கு. விபர பத்திரங்களை நிரப்புவதற்கு, வியாபார இயந்திரங்களை நிரப்பவதற்கு, வியாபாரங்களில் கணக்கு வைத்தல் மற்றும் கணக்குப் பதியுதல்	
மொத்தம்		மொத்தம்	

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சுய மதிப்பீடு மற்றும் தொழில் ஆய்வு(CAREER EXPLORATION)

செயற்பாடு 02

செயற்பாடு 01 இல் நீங்கள் அதிக புள்ளிகள் வழங்கிய மூன்று துறைகளுக்கு ஏற்புடையதாக ஆளுமை குணாம்சங்களுடன் கூடிய விபரத்தை வாசித்து புரிந்து கொள்ளவும். நீங்கள் அதிக புள்ளிகள் வழங்கியுள்ள துறைகளுக்கும் உத்தேச வேலைகளுக்கும் உங்களுள் விருப்பமுள்ளதா என ஒப்பிட்டு பார்க்கவும்.

ஆளுமை வகைகளை - வேலைகளுடன் ஒப்பிடுதல்

REALISTIC கோட்பாடு சார்ந்த	INVESTIGATIVE புலனாய்வு சார்ந்த
கோட்பாடு சார்ந்த (யதார்த்தமான) ஆளுமைக்குரிய தொகுதியை சேர்ந்த நபர்களிடத்தில் இயந்திரம் மற்றும் விளையாட்டு துறை சார்ந்த ஆற்றல் உள்ளது. அவர்/அவள் திறந்தவெளியில், வெளிப்புறத்தில் (வெளி உலகத்தில்) வேலை செய்வதன் மூலம் மகிழ்ச்சியடைகின்றனர். அவர்கள், மனிதர்களுடனும் எண்ணங்களுடனும் செயற்படுவதை பார்க்க பொருள்களுடன் செயலாற்றுவதற்கு விருப்பமுடையவர்களாக உள்ளனர்.	புலனாய்வு சார்ந்த ஆளுமை தொகுதியை சேர்ந்த நபர்களிடத்தில் கணிதம் மற்றும் விஞ்ஞானம் சார்ந்த ஆற்றல் உள்ளன. தனிமையாக, தனியாக வேலை செய்வதற்கு விருப்பமுடையவர்களாக இருப்பார்கள். பிரச்சினைகளை தீர்ப்பதற்கு விருப்பமுள்ளவர்களாக இருப்பார்கள். அவர்கள் பெரும்பாலும் மனிதர்களுடன் செயலாற்றுவதை விட கருத்துகள் (கோட்பாடுகள்) மற்றும் பொருட்களுடன் செயலாற்றுவதற்கு விருப்பமுடையவர்களாக உள்ளனர்.
தொழிற்றிறன் வீட்டு தளபாடங்களை பழுதுபார்த்தல் மற்றும் உற்பத்தி செய்தல் - தச்சன் வேலை இயந்திர உபகரணங்கள் - மின்சார அரிவாள், லேத் மெசின் ஆகியவற்றை இயக்குவதற்கு விருப்பமுடையவர்களாவார்கள். வரையப்பட்ட திட்டங்கள், குறிப்புகளை வாசித்து விளங்கிக்கொள்வார்கள். இலகுவான மின்சார பொருட்களை பழுதுபார்த்தல். அளவுகோள்களுக்கு வரைதல் என்பவற்றுக்கு திறமையுடையவர்களாவார்கள். வாகனங்களில் எண்ணெய், டயர் மாற்றுவார்கள். பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள் தச்சு வேலை, பலகை உற்பத்தி, இயந்திரங்களை பழுது பார்த்தல்கள், மின்சார	தொழிற்திறன் விஞ்ஞான ரிதியாக பிரச்சினைகளை ஆய்வு செய்வதற்கு பயன்படுத்தப்படும். இலகுவான இரசாயன சமன்பாடுகளை வரைவிலக்கணம் செய்தல், கதிர்வீச்சு அலைகள் மற்றும் அடிப்படை அம்சங்கள் தொடர்பாக ஓரளவு அறிவு உள்ளது. கணக்கு பிரச்சினைகளை தீர்ப்பதற்கு அட்சர கணித முறைகள் பயன்படுத்தப்படுகிறது. மடக்கு அட்டை முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. இரத்த உயிரணு செயற்பாடுகளை விளக்கமளித்தல், விஞ்ஞான பரிசோதனைகள் மற்றும் ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளுதல் பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள் கணினி இயக்குநர், உயிரியல் விஞ்ஞானி, கணிதவியலாளர், ஒளிக்கதிர்வீச்சு தொடர்பான

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தொழில்நுட்பம், வாகன தொழில்நுட்பம், ஆடை கைத்தொழில் இயக்குநர், ஆடை தைத்தல், விமானம் ஓட்டுநர், பொலிஸ் உத்தியோகத்தர், பொறியியலாளர், மின்சார இயந்திரங்களை இயக்குநர், புவியியலாளர், கால்நடை மருத்துவர். ஆகியோர்.	அலுவலர், மருந்தாளர், பூங்கா தொழில்நுட்ப அலுவலர், பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டுள்ள பொறியியலாளர் ஆகிய வேலைகள்.
<u>ARTISTIC கலை சார்ந்த</u> கலை சார்ந்த ஆற்றல்களுடைய நபர்கள் புதிய ஆக்கங்களை படைப்பதன் மூலம் மகிழ்ச்சியடைகின்றனர். கற்பனை ஆற்றல்களை உடையவர்களாவார்கள். அவர்/அவள் பொருட்களுடன் செயலாற்றுவதையும் பார்க்க கருத்துகளுடன் செயலாற்றுவதற்கு விருப்பமுடையவர்களாவார்கள். <u>தொழிற்றிறன்கள்</u> கதை பிரதிகளை எழுதுதல், அறிவிப்பு பிரதிகளை எழுதுதல், மனித உருவங்களை ஓவியங்களாக்குதல், அறிவிப்புகளை திட்டமிடுதல், கலை ரீதியான படைப்புகளை திட்டமிடல். நாடகங்களில் நடித்தல், அலுவலகங்கள், வீடுகள் என்பன அலங்காரப்படுத்தல். நீர் வர்ணம் கொண்டு சித்திரங்களை வரைதல், வர்ணம் தீட்டுதல், சிற்பங்களை உருவாக்குதல். <u>பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள்</u> எழுத்தாளர், பத்திரிக்கை நூலாசிரியர், பீங்கான் பொருட்கள் உற்பத்தி செய்பவர், ப்ரேஸ்ட்ரி தயாரிப்பாளர், அறிவிப்பாளர், படிவங்களை தயாரிப்பவர், பிரதிகளை உருவாக்குபவர், ஓவியக் கலைஞர், இசை அமைப்பாளர், சங்கீத ஆசிரியர். விசேட நிகழ்ச்சியாளர் பாடகர், மொழி ஆசிரியர்	<u>SOCIAL சமூகம் சார்ந்த</u> சமூக ஆற்றல்களுடன் கூடிய நபர்கள் மனித உறவுகளை பேணிச் செல்வதற்கு முயற்சிக்கின்றனர். பிரச்சினைகளுடன் கூடிய ஏனைய நபர்களுக்கு உதவி புரிகின்றனர். பொருட்கள் மற்றும் உபகரணங்களுடன் செயலாற்றுவதை பார்க்க மனிதர்கள், மக்களுடன் வேலை செய்வதற்கு விரும்புகின்றனர். <u>தொழிற்றிறன்கள்</u> ஏனையவர்களுக்கு உதவி புரிகின்றனர். ஏனையவர்களுக்கு விடயங்களை தெளிவு படுத்துகின்றனர். ஏனையவர்களை பயிற்றுவிக்கின்றனர். ஏனையவர்களை மகிழ்ச்சியுடன் வைத்துக்கொள்கின்றனர். ஆலோசனைகளை வழங்குகின்றனர். ஏனைய நபர்களுக்கு வசதிகளை அளிக்கின்றனர். எல்லா வகையிலான மனிதர்களுடனும் கதைக்கின்றனர். ஏனையவர்களுக்கு படிப்பிக்கின்றனர். கலந்துரையாடல்களை மேற்கொள்கின்றனர் <u>பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள்</u> தாதியர் வேலை, பொலிஸ் அலுவலர்கள், தீயணைப்பு படை, சமூக சேவையாளர்கள், சமூக அபிவிருத்தியாளர்கள், ஆரம்ப (முன்னர்) பாடசாலை ஆசிரியர்கள், அரசியல் விஞ்ஞானிகள், தொழில் சார் சுகாதார அலுவர்கள், பாதுகாப்பு தொடர்பான பரிசோதகர்கள், நூலகர்கள்,ஆலோசகர்கள், உள மருத்துவர்கள், உடற் பயிற்சி சிகிச்சையாளர், அழகு கலை கலைஞர்கள்.
<u>ENTERPRISING</u> தொழில் முயற்சி சார்ந்த	<u>CONVENTIONAL</u> சம்பிரதாயபூர்வமான

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தொழில் முயற்சிகளுடன் கூடிய தலைமைத்துவ ஆற்றல்கள் மற்றும் பேசும் திறன் (தொடர்பாடல்) உள்ளது. பொருளியல், அரசியல் துறை தொடர்பாக ஆர்வம் காட்டுவதுடன், தாக்கங்களை ஏற்படுத்துவதற்கும், ஏனையவர்களை ஊக்கப்படுத்துவதற்கும் திறமையானவர்கள். பொருட்கள் மற்றும் உபகரணங்களுடன் வேலை செய்வதிலும் பார்க்க மக்களுடன் மனிதர்களுடன் வேலை செய்வதற்கு விரும்புகின்றனர். அதன் மூலம் மகிழ்ச்சியடைகின்றனர்.	சம்பிரதாயபூர்வமான அம்சங்களை கொண்டுள்ள நபர்களிடம் எழுதுநர் மற்றும் கணிதத்துடன் தொடர்புடைய ஆற்றல் உள்ளது. அலுவலகத்தில், உள்ளே வேலை செய்வதற்கு விருப்பமுடையவர்களாவார்கள். அலுவல்களை ஒழுங்கமைப்பதற்கு திறமையுள்ளவர்களாவார்கள். எழுத்துக்கள், இலக்கங்கள் என்பவற்றுடன் வேலை செய்வதன் மூலம் திருப்தியடைகின்றனர்.
<u>தொழிற்றிறன்கள்</u> மனிதர்களை வழிநடாத்துவார்கள், தமது திறமைகள், ஆற்றல்கள் என்பவற்றை சோதித்து பார்ப்பார்கள். ஏனையவர்களை ஊக்கப்படுத்துவதற்கு திறமையானவர்கள். சிரமமான நபர்களுடன் பணியாற்றுவதற்கு திறமையானவர்களாவார்கள். வர்த்தகம், விற்பனை மற்றும் பிரச்சார நடவடிக்கைகளை வழிநடாத்துவதற்கு திறமைமிக்கவர்கள். ஏனையோர்களின் வேலைகளை ஒழுங்குபடுத்துவார்கள். பொருள் விற்பனையில் திறமையானவர்கள். இலக்குகளை அடைவதற்கு திட்டங்களை தயார்படுத்துவார்கள். பொதுமக்களின் அழைப்புகளுக்கு திறமையானவர்கள். திறமையான தலைமைத்துவம் உள்ளவர்கள	<u>தொழிற்றிறன்கள்</u> தொலைபேசியில் தகவல்களை பெற்றுக்கொண்டு கடிதங்களை பரிமாற்றிக்கொள்ளுதல், கடிதக்கோவைகளை சிறந்த முறையில் பேணிச்செல்வதற்கு திறமையானவர்களாவார்கள், வரவு செலவு பட்டியல், மதிப்பீட்டுக் கடன் அறிக்கைகள் என்பன ஒழுங்காக வைத்துக்கொள்வார்கள். விற்பனைகளின் மூலம் கிடைக்கப்பெறும் வருமானத்தை உரியவாறு அறிக்கைகளில் உள்ளடக்குவார்கள். கணினியை பயன்படுத்துவார்கள். வியாபார கடிதங்கள், வர்த்தக சந்திப்புகள் என்பன ஒழுங்கமைப்பார்கள்.
<u>பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள்</u> விளையாட்டு துறை ஆலோசகர், சந்தைப்படுத்தல் உதவியாளர், கொள்வனவு செய்யும் அலுவலர், காணிகள், வீடமைப்பு அலுவலர்கள், நிர்வாக அலுவலர்கள், பொது மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்கள், சட்டத்தரணிகள், தீர்ப்பு வழங்குநர்கள்.	<u>பொருத்தமான வேலைகளுக்கு உதாரணங்கள்</u> அலுவலக எழுதுநர்கள், கணக்கு எழுதுநர்கள், கணக்குப் பதியுநர். போக்குவரத்து நடவடிக்கைகளை வழிநடாத்தநர், செயலாளர், நிர்வாக உதவியாளர், கணினி இயக்கும் அலுவலர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆற்றல் செயற்பாடுகள்

❖ மேற்படி தகவல்களின் படி நீங்கள் மிக பொருத்தமாக இருப்பது எத்தகைய ஆளுமைக்கு என்பதையும். உங்களது திறன்கள் எவை என்பதையம், உங்களுக்கு மிகவும் பொருத்தமாகின்ற வேலை எது என்பதையும் எழுதவும்.

வேலை உலகத்தில் திருப்திகரமான வேலையாளராகுவதற்கு உங்களுக்கள் இருக்க வேண்டிய ஆற்றல்கள்

நீங்கள் எதிர் காலத்தில் வேலை உலகத்தில் பிரவேசிப்பதற்கு எதிர்பார்ப்பதால், கீழே குறிப்பிடப்படும் ஆற்றல்களை உங்களுள் எந்தளவில் உள்ளது என்பதை பரிசீலனை செய்து கொள்ளுதல் வேண்டும். குறித்த தேவையான ஆற்றல்களை அடையாளங் காணப்பட்ட பின்னர் குறித்த பண்புகளை உங்களுள் விருத்தி செய்து கொள்வதற்கு இன்று முதல் முயற்சியெடுத்தல் வேண்டும் அவை கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளவாறாகும்.

1. ஆரம்ப (அடிப்படை) ஆற்றலகள் (FOUNDATION (BASIC)SKILLS
2. தொழில் (வேலை உலகத்தின்) ஆற்றல்கள் VOCATIONAL (OCCUPATIONAL) SKILLS
3. பொது தொழில்சார் ஆற்றல்கள் (CORE EMPLOYABLITY) தொழில்சாரற்ற ஆற்றல்கள் (NON VOCATIONAL)SKILLS

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அடிப்படை ஆற்றல்கள்

நீங்கள் எந்த மட்டத்தில், எத்தகைய துறையில் வேலை செய்தாலும், இந்த அடிப்படை(ஆரம்ப) ஆற்றல் அல்லது அடிப்படை ஆற்றல் இருத்தல் வேண்டும். அது தொடர்பாக கவனம் செலுத்தல் வேண்டும்.

1. வாசிக்கும் ஆற்றல் (READING)

தேவையான தகவல்கள், தரவுகளை பெற்றுக்கொள்ளுதல், பொருட்களுக்கு வழங்கும் கைந்நூல்கள் வாசித்து கிரகித்துக்கொள்ளும் ஆற்றல் இருத்தல் வேண்டும்.

2. எழுதும் ஆற்றல் (WRITING)

இலக்கண பிழையின்றி தமது கருத்துகளை எழுதும் ஆற்றல், எழுத்திலக்கணம், நிறுத்தக் குறிகள் உரியவாறு பயன்படுத்தல். எழுதிய கூற்றினை மீண்டும் வாசித்து திருத்தம் செய்து சரியாக சமர்ப்பிக்கும் ஆற்றல் இருத்தல் வேண்டும்.

3. கணிதம் தொடர்பான ஆற்றல் (MATHEMATICS)

இலக்கங்களை கூட்டல், கழித்தல், பெருக்கல், சதவீதங்களின் மூலம் கணக்குகளை சரியாக செய்தல், வரைப்படங்கள், அட்டவணைப்படுத்தல், குறிப்புகளை உருவப்படமாக்கல், திட்டங்களை பார்த்து கட்டிடங்களை உத்தேசித்தல்.

மேற்படி மொழி மற்றும் கணிதம் தொடர்பான ஆற்றல்கள் எந்த தொழிலை செய்தாலும் மிகவும் அவசியமாகும். அந்த ஆற்றல்களை அடிப்படை ஆற்றல்கள் எனக் கூறப்படுவது (MAIN BASIC SKILLS) அதனாலயே ஆகும்.

தொழில் (வேலை உலகத்திற்கு தேவையான) ஆற்றல்கள்

1. கலைசார் ஆற்றல்கள் (ARTISTIC)

பிரச்சார நூல்கள் மற்றும் பத்திரிக்கைகள் வெளியீட்டு துறையாகும். சேவைக்காக கதை எழுதுதல், விசேட கட்டுரைகள் எழுதுதல், உருவப்படங்கள், கேளிச்சித்திரம் (காடூன்)வரைதல், கவிதை எழுதுதல், கணினி கிராபிக் ஆக்கம், தொலைக்காட்சி மற்றும் வானொலி நிகழ்ச்சி தயாரிப்பு

2. சந்தைப்படுத்தல் ஆற்றல்(SALES SKILLS)

மொத்த மற்றும் சில்லரை விற்பனை நிலையங்களில் சேவையாற்றுவதற்கு சரியான அறிக்கைகளை வைத்தல், பணத்தை சரியான முறையில் கையாளுதல்,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வாடிக்கையாளர்களுடன் நற்புறவுடன் கொடுக்கல்வாங்கல் செய்தல், சந்தைப்படுத்தல் நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுதல், வர்த்தக கண்காட்சிகளுக்கு உதவிபுரிதல்.

3. பணி செய்யும் ஆற்றல் (SERVICE SKILLS)

சேவை வழங்கும் நிறுவனங்களில் சேவையாற்றுவதற்கு தேவையான ஆற்றல்கள் - மருத்துவமனைகளில் பராமரிப்பு சேவைகளில் உணவு வழங்கும் சேவை, வாடிக்கையாளர் சேவை, பொழுதுபோக்கு சேவை ஆகியவற்றுக்கு பணி செய்யும் ஆற்றல் தேவைப்படுகின்றது.

4. பராமரிப்பு ஆற்றல்கள் - (CARE SKILLS)

உடல், உள, சமூக சேவைகள், தொழில்சார் சேவைகளில் மனிதர்களுக்கு தேவையான சேவைகளை வழங்குவதற்கு இப் பயிற்சி, போக்குள்ள ஆலோசனை சேவைகள், தாதியர் சேவைகள், புனர்வாழ்வு சேவை மற்றும் சேவை பெறுநர்களுக்கு காட்டும் பராமரிப்புகளுக்கு இவ்வாற்றல் தேவைப்படுகின்றது.

5. விலங்குகள் மற்றும் தாவரங்கள் தொடர்பான ஆற்றல்கள்(PLANT AND ANIMAL SKILLS)

விவசாயப் பண்ணைகள், காடுகள், பலகை வேலைத்தளங்களில், மீன்பிடி துறைகளில் வேலை வாய்ப்புகள் - பயிர்ச் செய்கைக்கு தேவையான விதை உற்பத்தி, புல் நிலங்களை அமைத்தல், பயிர்ச் செய்தல், விலங்கு விரட்டுதல், கிருமி நாசினி, களை நாசினி இடுதல் ஆகிய துறைகளில் வேலை செய்வதற்கு மேற்படி ஆற்றல்கள் முக்கியமாகும்.

6. பாதுகாப்பு சேவை ஆற்றல் (PROTECTIVE SKILLS)

மனிதர்கள், விலங்குகள், கட்டிடங்கள் மற்றும் தாவரங்கள் பாதுகாப்பதற்கு இந்த ஆற்றல் தேவைப்படுகின்றது. தீயணைத்தல், பாதுகாப்பு சேவை, விலங்குகளை பராமரித்தல், நிலம் மற்றும் மனிதர்களை பாதுகாத்தல், காவல்காத்தல், தேவையான உபகரணங்களை பயன்படுத்தி களவுகளை தவிர்த்தல்

7. விஞ்ஞான ஆற்றல்கள் (SCIENTIFIC SKILLS)

இரசாயனவியலாளர்கள், கற்பாறைகள், உலோகங்கள், கணிதம், பூமி மற்றும் நட்சத்திரங்கள் பயணிக்கும் வழியை அவதானித்தல், மருத்துவ மற்றும் ஆராய்ச்சி நிறுவனங்களின் நடவடிக்கைகளுக்கு இந்த ஆற்றல் தேவைப்படுகிறது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

8. பொறிமுறை சார்ந்த ஆற்றல் (MECHANICAL SKILLS)

இயந்திரங்கள், கையால் இயக்கும் இயந்தரங்கள் மற்றும் உபகரணங்களை பயன்படுத்தி நடைமுறையில் பணியாற்றுதல், கருத்திட்டங்களை திட்டமிடல், கட்டியெழுப்புதல்களும் சுரங்க அகழ்வுகளும். (இரத்தினக்கல், எண்ணெய்) இவற்றுக்கு பொறிசார் கோட்பாடுகளை பயன்படுத்தல் வேண்டும்.

9. தொழில்நுட்ப ஆற்றல்கள் (INDUSTRIAL SKILLS)

உற்பத்தி நிறுவனங்களில் இயந்திரங்களுடன் பணியாற்றுதல், அளவைகளை மேற்கொள்ளுதல், வகைப்படுத்தல்கள், இன்வென்றி வைத்தல், (பொருட் பதிவேடு) அவற்றை பரிசீலனை செய்தல், ஆகியவற்றுக்கு இவ்வாற்றல் முக்கியமாகின்றது.

எந்தவொரு வேலைக்கும் தேவையான அடிப்படை ஆற்றல்கள்

பாடசாலை காலப்பகுதியில், வகுப்பறையில் மற்றும் இணைபாடவிதான நடவடிக்கைகளுடன், இவ்வாற்றல்களை மேம்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும். எந்தவொரு வேலையில் இணைந்தாலும் இந்த அடிப்படை ஆற்றல்கள் அந்த வேலைகளை ஆற்றுவதற்கு தேவைப்படுகின்றது. ஆகையால் ஒவ்வொரு மாணவர்களும் இந்த ஆற்றல்களை மேம்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

01. தொடர்பாடல் ஆற்றல் (COMMUNICATION SKILLS)

விடயங்களை சிறந்த முறையில் ஒன்று திரட்டி எழுதுவதற்கும் வெளிப்படுத்துவதற்கும் உள்ள ஆற்றல் - தாம் கூறுகின்றவை சிறந்த முறையில் நேயர்களை சென்றடையும் வண்ணம் வெளிப்படுத்தும் ஆற்றல் மற்றும் ஏனையவர்கள் கூறுவதனை நன்றாக செவிமடுக்கும் ஆற்றல் முக்கியமாகும். ஏனையோருக்கு செவிமடுப்பதை தாம் புரிந்துகொண்டதாக மேற்கொள்ளும் உடல் அசைவுகள் (BODY LANGUAGE)

02. தகவல் தொழில்நுட்ப ஆற்றல் (ICT SKILLS)

மென்பொருள் மற்றும் வன்பொருள் பயன்படுத்தும் ஆற்றல்

கணினியை நன்கு பயன்படுத்தும் ஆற்றல்

03. கற்பதற்கு கற்கும் ஆற்றல் (LEARNING TO LEARN)

புதிய உலகத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் தொடர்பாக சரியாக தகவல்களை அறிந்துகொள்வதற்கு கற்றல் மற்றும் அவ்வாறு கற்கும் முறை, தகவல்களை பெற்றுக்கொள்ளும் வழி தொடர்பாக புரிந்துகொள்ளுதல்

04. பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் ஆற்றல் (PROBLEM SOLVING SKIILS)

பிரச்சினையை அடையாளம் காணல், அதன் மூலகாரணங்களை கண்டறிதல், அதற்கு தீர்வுகளை காணல். அந்த தீர்வுகள் எந்தளவிற்கு நன்றாக செயற்படுகின்றது என கண்டறிதல், தேவையெனில் மீண்டும் திருத்தம் செய்யம் ஆற்றல்

05. தீர்மானமெடுக்கும் ஆற்றல் (DECISION MAKING SKILLS)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நோக்கங்களை அடையாளம்காணல், பல்வேறு துறைகளின் ஊடாக தகவல்களை கண்டறிதல். மாற்று தகவல்களை கோவைபடுத்தல், வலிமைகளையும் பலவீனங்களையும் அடையாளம் கண்டு அளவிடுதல் மற்றும் சிறந்த மாற்று தீர்வினை தெரிவுசெய்து அதனை நடைமுறைப்படுத்தும் முறையை கண்டறிதல்.

06. குழு வேலை **(TEAM WORK SKILLS)**

பல்வேறு மட்டத்திலான கல்வி பின்னணிகளை கொண்டுள்ள வேறுபட்ட இன,மத, சமூக பின்னணிகளில் உள்ள நபர்களுடன் இணைந்து கூட்டாக கருத்துகளை பரிமாற்றிக்கொண்டு தத்தமது பகுதிகளை நன்றாக நிறைவேற்றி வெற்றிகரமாக செயலாற்றுவதும் மிகவும் முக்கியமாகும்.

மேற் குறிப்பிடப்பட்டவாறு அறிவும், ஆற்றலும் உளப்பாங்கும் விருத்தி செய்துகொண்டால் பொருத்தமான வேலைக்கு செல்வதற்கும், திருப்திகரமாக வேலை செய்வதற்கும் ஆற்றல் கிடைக்கின்றது.

செயற்பாடு (வேலையுடன் தொடர்புடைய தகவல்களை திரட்டுதல்)

நீங்கள் எதிர்காலத்தில் ஈடுபடுவதற்கு எதிர் பார்க்கும் தொழில் தொடர்பாக பத்திரிக்கை அறிவிப்புகளை ஆராய்ந்து கீழே குறிப்பிடப்படும் தகவல்களை கோவையிடவும். தச்சுத்தொழிலிலாளராக ஆவதற்கு எதிர் பார்ப்பவர் கோவையிடப்பட்டுள்ள தகவல்கள் உதாரணமாக கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

1. வேலையின் பெயர் உதாரணம்:- தச்சுத்தொழில்
2. அந்த வேலைக்கான வெற்றிடங்கள் உள்ள நிறுவனங்கள்
    - தளபாடங்கள் உற்பத்தி செய்யும் கம்பெனிகள்
    - கட்டிடங்கள் நிர்மாணிக்கும் கம்பெனிகள்
    - வெளிநாடுகளில் உள்ள நிருமாணிப்பு நிறுவனங்கள
3. பிரதான பொறுப்புகளும் செய்ய வேண்டிய அலுவல்களும்
    - தச்சு வேலைக்கான நவீன மின் உபகரணங்களின் பயன்பாடு
    - பலகைகளைக்கொண்டு நிர்மாணிக்கப்படும் தளபாடங்களை தயாரித்தல்
    - நவீன வடிவமைப்புகளுக்கேற்ப பொருட்களை தயாரித்தல்
4. தேவையான அறிவும் ஆற்றலும்
    - க.பொ.த. சா.தரம் சித்தியடைதல்
    - தச்சுத் தொழிலுக்கு தேவையான உபகரணங்களின் பயன்பாடு கருவிகளின் சரியான பயன்பாடு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

5. பொதுவாக வழங்கும் சம்பளம் மற்றும் சேவைக்கான நிபந்தனைகள்

- ஆரம்பச் சம்பளம் ரூபா 25000.00 (மாதாந்தம்)
- ஒரு வாரத்திற்கு 40 மணித்தியாலங்கள் சேவை செய்தல் வேண்டும்
- சேவை முறை மாற்றங்களுக்கு அமைவாக அவ்வப்போது வேலை செய்தல் வேண்டும்.
- மேலதிக மற்றும் வார இறுதி வேலைகளுக்கு மேலதிக கொடுப்பனவுகள்

6 சுகாதாரமும் பாதுகாப்பு இடரும்

- மரத்தூள், தூசு செல்லுதல்

சுய விபரத் தரவுகள்

வேலையொன்றுக்கு விண்ணப்பம் செய்வதற்கு முன்னர் நீங்கள் உங்களது எல்லா திறமைகள், ஆற்றல்கள், கல்வி தகைமைகள், பொழுதுபோக்கு, எதிர்கால அபிலாஷைகள் என்பன உள்ளடக்கி உங்களது சுய தரவு தகவல் பத்திரமொன்றை தயாரித்தல் வேண்டும்

சுய விபர தரவு பத்திரமொன்றை பல்வேறு வகையில் எழுதலாம். அந்தந்த நபரின் கல்வி தகைமைகள், ஏனைய தகைமைகள் என்பவற்றுடன் தகவல் பத்திரம் மாற்றமடையலாம். கீழே வழங்கப்பட்டுள்ள ஆலோசனைகளின் பிரகாரம் உங்களது சுய தரவு தகவல்களை எழுதவும். உதாரணம் வழங்கப்பட்டுள்ளது.

குறிப்பு

1. இப்படிவம் அல்லது நீங்கள் தெரிவு செய்யும் தொழிலகளுக்கு பொருந்துகின்ற படிவத்தை அடையாளம் காணவும். தெரிவு செய்யப்பட்ட படிவத்தின் பிரகாரம் சுய விபரத் தரவுகளை உள்ளடக்கி விண்ணப்பம் தயாரித்துக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

2. இங்கு உள்ளடக்கப்பட்ட, உள்ளடக்கப்படாத தகவல்களை நீங்கள் ஏற்புடையவாறு சீராக்கி தகவல் படிவத்தில் குறிப்பிடலாம்.

இந்த சுய விபர தரவு படிவத்தை பூர்த்தி செய்து இத் துறையில் நிபுணரொருவரிடம் காண்பித்து பிழைகளை செவ்வையாக்கிய பின்னர் உண்மையான சரியான சுய விபர தரவு படிவம் தயாரிக்கப்படுதல் வேண்டும்.

நல்ல A4 அளவிலான தாளில் தட்டச்சிலிடப்பட்டு விண்ணப்பபடிவத்திற்கு பெறுமதி வழங்குதல் வேண்டும்.இவ் விண்ணப்பபடிவம் மற்றும் அதில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள உங்களது மேலதிக தரவு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

செயற்பாடுகளுக்கு ஏற்புடையதான மூலப் பிரதிகளை உங்களிடம் பாதுகாப்பாக வைத்துக்கொள்ளவும்

மேற்படி சுய தரவு விபர விண்ணப்பத்தை உங்களது மேல்கடிதம் சகிதம் தலைவருக்கு பதிவு தபாலில் அனுப்பவும். உங்களது விருப்பம், திறமை, ஆற்றல் அர்ப்பணிப்பு என்பன குறிப்பிடுவதற்கு இத் தேவைகளை பயன்படுத்தவும். (பாடசாலை காலம் தொடக்கம் பாடம் தெரிவு செய்தல், கல்வியுடன் சமமான துறைகளை தெரிவு செய்தல்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சுய தரவு விபரப் பத்திரம்

சுய தகவல்கள் (personal information)

* முழுப்பெயர் :-அமரசிங்க கமகே அதபத்து (திரு/திருமதி/செல்வி)
* முதலெழுத்துக்களுடன் பெயர் :- ஏ.ஜீ.அதபத்து
* நிரந்தர முகவரி :- இலக்கம் 35, ஜயவடனகமம, பத்தரமுல்லை
* தொலைபேசி இலக்கம் :- 0112765432
* கையடக்க தொலைபேசி இலக்கம் :- 0718899344
* மின் அஞ்சல் முகவரி :- Amrasingha @ yahoo.com
* பிறந்த திகதி :- 1993/07/07

2. எதிர்பார்க்கும் தொழில்

நீங்கள் விண்ணப்பிக்கும் வேலை அல்லது தொழில் துறை தொடர்பாக தனி வாக்கியத்தில், நோக்கத்தை எழுதவும்

3. கல்வித் தகைமைகள் Educational Qualification

* க.பொ.த. உயர் தரம் - வர்த்தக துறை (2014)

பாடங்கள்	தரம்
கணக்கியல்	A
பொருளியல்	A
வர்த்தகம்	B

* க.பொ.த. சாதாரண தரம் - (2012)

பாடங்கள்	தரம்
சிங்களம்/தமிழ் மொழி	A
கணிதம்	A

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சமயம்(பௌத்த மதம்/கத்தோலிக்க)	A
வரலாறு	C
பிரசைகள் கல்வி	A
அழகியல்	B
ஆங்கிலம்	A

<u>விசேட பயிற்சி பாடநெறிகள் (Additional training courses)</u>

1. ஆளுமை அபிவிருத்தி சான்றிதழ் பாடநெறி – 2014 ஆறு மாதங்கள் (வார இறுதி)

   மனித மேம்பாட்டு கல்வி நிறுவனம் - கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்

2. உளவியல் ஆலோசனை தொடர்பான இரண்டு நாள் செயலமர்வு (2015.01.04 மற்றும் 05)

   இடர் முகாமைத்துவ அமைச்சு – கொழும்பு

3. சமூக அபிவிருத்தி தொடர்பான ஏழு நாள் பயிற்சி முகாம் - இரத்மலானை இளைஞர் கழகம்

   இளைஞர் மன்றம் - (2015.06.06. - 6 - 12

<u>தொழில் துறைக்கு ஏற்புடையதான பயிற்சி மற்றும் அனுபவங்கள்</u>

<u>மேலதிக பாடவிதான செயற்பாடுகள்(EXTRA CURRICULAR ACTIVITIES)</u>

1. மூன்று ஆண்டுகள் பாடசாலையில் பிரதான மாணவர் தலைவர் சபைகளில் உறுப்பினர்
2. ஓராண்டு பாடசாலையில் பிரதான மாணவத் தலைவர் (2013-2014)
3. பாடசாலையில் சுற்றாடல் சங்கம் மற்றும் சமூக அபிவிருத்தி சங்கத்தின் தலைவர் (2012-2013)
4. மெய்வல்லுநர் போட்டிகளில் மாகாண மட்டத்திலான வெற்றிகள் (தங்க பதக்கங்கள் 02) 2014
5. இளைஞர் பாராளுமன்றத்தில் உறுப்பினராக இரத்மலானை நகரத்தை பிரதிநிதித்துவப்படுத்தல் - இளைஞர் பாராளுமன்றத்தில் சபாநாயகர் (2015)
6. சர்வோதயம் சாந்தி சேனா உறுப்பினராக, சுயேட்சை ஊழியராக

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முகாம்களில் பங்குபற்றுதல்(2012-2014)

(இப் பகுதியில் தொழில் எதிர்பார்பார்க்கும் நபர், இந்த தொழிலுக்கு ஏற்புடையதாக கருதும் முன்னர் செய்த தொழில்கள் தொடர்பான விபரங்களை உள்ளடக்கலாம். முதலாவதாக வேலை தேடும் மாணவர்கள் இத் தொழில் துறைக்கு ஏற்புடையதாக பாடசாலையில் மேற்கொண்ட அலுவல்கள், சுயேட்சை சேவையாளராக மேற்கொண்ட பணிகளை உள்ளடக்கலாம். அவ்வாறு உள்ளடக்குவதற்கென்றால் மாணவர்கள் மேற்படி விடயங்களில் இணைந்து பணியாற்றுதல் வேண்டும்.

பொழுது போக்குகளும் ஆர்வமான துறைகளும்

1. கால்பந்து குழுவில் உப தலைவராக 2 ஆண்டுகளும் பிரதான தலைவராக ஓராண்டும் செயற்படல் (2013 தொடக்கம் 2014)

   - எனது தலைமைத்துவத்தின் கீழ் மாவட்டத்தில் சிறந்த குழுவாக வெற்றிப்பெறுதல்(2014)

2. மீற்றர் 100, மீற்றர் 200 ஓட்டப் போட்டிகளில் 2014 ஆம் ஆண்டில் புதிய சாதனைகள் இரண்டினை வைத்தல்

3. சமூகத்துடன் கிராமங்களுக்கு சென்று வேலை செய்தல்(சிரமதானம் மற்றும் பிரஜா சேவை பிவிதுரு நிகழ்ச்சியில் பங்குபற்றுதல்)

<u>தகவல்களை பெற்றுக்கொள்ள முடியுமான நபர்கள்</u>(REFREES)

1. கலாநிதி திரு ஜயந்த கம்கானம்கெ

   அதிபர், வீர கஜபா கல்லூரி

   மின்னேரிய - தொலைபேசி இலக்கம் (071777717)

2. மேஜர் அமர சமரசிங்க

   மாணவர் படை குழுக்குளுக்கு பொறுப்பான பணிப்பாளர்

   சிங்க ரெஜிமண்ட்

   அம்பேபுஸ்ஸ - தொலைபேசி (037 77787)

மேற்படி தகவல்கள் நான் அறிந்த வரை உண்மையானதும் சரியானதுமென உறுதிப்படுத்துகின்றேன். இத்துடன் மேற்படி தகவல்களுக்கு ஏற்புடையதான சான்றிதழ்களில் புகைப்பட பிரதிகளும் அனுப்பி வைக்கின்றேன்.

திகதி:-.......................   விண்ணப்பத்தாரியின் ஒப்பம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மனித வலு மற்றும் வேலைவாய்ப்புத் திணைக்களம்

9ம் மாடி, செத்சிறிபாய - 2வது கட்டம், பத்தரமுல்லை.

இணையதளம் : www.dome.gov.lk

தொலைபேசி / தொலைநகல் : 011 218 71 34

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org